

أخبار اليوم

رئيس مجلس الإدارة :

إبراهيم سعده

المشرف على التحرير :

د. رفعت كمال

الإشراف الفني والغلاف :

خالد فرحات



الدكتور عبدالحميد محمد عبدالعزيز

● العدد ١٢٧ ●

طبعت بمطابع دار أخبار اليوم

● الاشتراكات ●

جمهورية مصر العربية

قيمة الاشتراك السنوى ٢٤ جنيها مصريا

البريد الجوى

دول اتحاد البريد العربى ١٥ دولارا

اتحاد البريد الافريقى ٢٠ دولارا امريكيا او ما يعادله

باقى دول العالم واوربا والامريكتين ٢٥ دولارا

امريكا الجنوبية واليابان واستراليا ٣٥ دولارا امريكيا أو ما يعادله

● ويمكن قبول نصف القيمة عن ستة شهور

● ترسل القيمة الى الاشتراكات ٣ (١) ش الصحافة القاهرة ت ٥٧٤٨١٠٠ (٥ خطوط)

● تلكس : ٢٢٨٢ محلى ٢٠٣٢١ دولى

أسعار كتاب اليوم فى الخارج

البلد	السعر	العملة
الجماهيرية العظمى	١	دينار
المغرب	٢٥	درهم
لبنان	١٥٠٠	ليرة
الأردن	١٠٠٠	فلس
العراق	٧٠٠٠	فلس
الكويت	٧٥٠	فلس
السعودية	١٠	ريالات
السودان	٣٢٠٠	قرش
تونس	٢	دينار
الجزائر	١٧٥٠	سنتيما
سوريا	٥٠	ل . س
الحبشة	٦٠٠	سنت
البحرين	١٠٠٠	فلس
سلطنة عمان	١٠٠٠	بيسة
غزة	١٥٠	سنت
ج . اليمنية	٣٥	ريال
الصومل نيجيريا	٨٠	بنى
السنغال	٦٠	فرنك
الامارات	١٠	درهم
قطر	١٠	ريالات
انجلترا	١,٧٥	جك
فرنسا	١٠	فرنك
المانيا	١٠	مارك
إيطاليا	٢٠٠٠	ليرة
هولندا	٥	فلورين
باكستان	٣٥	ليرة
سويسرا	٤	فرنك
اليونان	١٠٠	دراخمة
النمسا	٤٠	شلن
الدنمارك	١٥	كرون
السويد	١٥	فلورن
الهند	٣٥٠	روبية
كندا امريكا	٣٠٠	سنت
البرازيل	٤٠٠	كرويزو
نيويورك واشنطن	٣٥٠	سنتا
لوس انجلوس	٤٠٠٠	سنت
استراليا	٤٠٠	سنت

في هـــذا الـكتـــاب :

المؤلف فى سطور

— الدكتور عبد الحميد محمد عبدالعزيز

— أستاذ الأمراض الجلدية والتناسلية بطب الأزهر

— دكتوراه فى الأمراض الجلدية والتناسلية - طب عين شمس

— عضو الجمعية الطبية الملكية بإنجلترا

— عضو جمعية الميكرسكوب الملكية بإنجلترا

— عضو جمعية الأمراض التناسلية بإنجلترا

— عضو الجمعية الدولية لطب المناطق الحارة

— عمل بمستشفيات جامعة برمنجهام بإنجلترا : (كوين اليزابيث - العام - الأطفال) من عام ١٩٧١ حتى عام ١٩٧٤ وكانت من مهامه التدريس لطلبة طب جامعة برمنجهام والعمل فى الأبحاث الطبية بالجامعة .

— ألف ١٧ كتابا فى الأمراض الجلدية والتناسلية

إننا لا نعرف الجنس بالغريزة !

الجنس أمر حقيقى ورئيسى فى حياة الناس .. وهو جزء من ميراثنا منذ ولادتنا .. وهو من الأمور التى لا يعرفها المرء بالغريزة بل ، عليه أن يتعلم جوانبها المختلفة .. وما نعرفه عادة منها نلتقطه وبطريقة عشوائية ممن حولنا من مصادر مختلفة .

وعندما تحيط عدم المعرفة الصحيحة وأحيانا الجهل أحد الأمور الهامة التى تخص حياة الرجال ، فإن الخرافات والأساطير والمغالطات تظهر وتطمس الحقيقة .

والأسطورة والخرافة تشرح الذى لا يمكن توضيحه للسامع .. وتستمر عبر الأجيال لأنها تحافظ على التقاليد وتحمى المجتمع من القلق .

والغريب أن هذه المعتقدات يؤمن بها المتعلمون وغير المتعلمين وجميع الطبقات والكبار والصغار .. ولذلك كان هذا الكتاب الذى يعكس الأهمية الحيوية للحصول على المعلومات الصحيحة وفى صورة أمينة ومباشرة بخصوص هموم الجنس عند الرجال .

ولقد تم تقسيم الهموم التى تقابل الرجال إلى هموم : الشباب ، الزواج ، العملية الجنسية ، الانجاب ، الفحولة .. وتوخينا فى طريقة العرض أن يوضح الأمر وبطريقة موضوعية ، وذلك حتى نصحح كثيرا من الأساطير والخرافات التى تحيط بالحقيقة الجنسية .

وإننى آمل يا سيدى القارىء أن تجد فى هذا الكتاب ما يفتح لك نافذة واسعة على هذا البحر الزاخر الذى يموج فيه كثير من وسائل التقدم والمعرفة .

المؤلف

الباب الأول

همـــوم الشـــبـــاب

● قالوا : إن حجم القضيب يمكن الحكم عليه من حجم اليدين والقدمين

● وقالوا : إن فحولة الرجل تتوقف على حجم القضيب

القضيب عضو أسطوانى ، وعند حدوث إثارة جنسية فإن أنسجة القضيب تمتلىء بالدم ويصبح منتفخا وصلبا ، وطول القضيب عند ارتخائه (الجزء الظاهر منه) يتراوح بين ٦,٥ ـ ١٠ سم وقطره ٢,٥ سم ومحيطه ٩ سم . وهذا الحجم يختلف من رجل لآخر .

وعند انتصاب القضيب فإن طوله يصل إلى ١٤ ـ ١٦,٥ سم

وقطره ٣,٨ سم

ومحيطه ١١,٥ سم

وأيضا فحجم القضيب يختلف اختلافا واسعا من رجل لآخر عند انتصابه .

وهناك علاقة صغيرة بين حجم القضيب المرتخى وحجمه وهو منتصب .. ودرجة أقل من العلاقة بين حجم القضيب وحجم الجسم .

وليس هناك أى علاقة بين حجمه وحجم أى عضو آخر فى الجسم .

إن حجم القضيب واختلافه بين رجلين لا يعنى بالمرة أن أحدهما أقل من الآخر فى مقدرته الجنسية .

وإذا حدث اضطراب فى الهرمونات قبل البلوغ فإن حجم القضيب يتأثر بطريقة عكسية ..

إن هرمون الذكورة (التستوستيرون) يسبب

نمو القضيب .. وأكبر فترة للنمو هى التى بين عمرى ١١ سنة ـ ١٤ سنة . فإذا لم تفرز الخصيتان كميات كافية من هذا الهرمون فإن القضيب سيظل صغيرا فى الحجم .

والرجل البالغ والذى لا يعانى أى نقص فى هرموناته أثناء البلوغ يظل حجم القضيب عنده ثابتا عن طريق الوراثة .

وقد درس الباحثون فى علوم الجنس فى براغ بتشيكوسلوفاكيا العلاقة بين حجم القضيب وهرمونات الذكورة والفحولة . وكانت العينة مكونة من ٣٤ رجلا تتراوح أعمارهم بين ٢٥ ـ ٣٥ سنة

وكانت هرموناتهم ناقصة بدرجة حرجة أثناء البلوغ .. ولذا فإن حجم القضيب المرتخى عندهم كان فى حدود ٥.٦ سم

وبعد العلاج الهرمونى فإن حجم القضيب ازداد فى خلال عدة شهور إلى الحجم الطبيعى ٦.٥ سم ـ ١٠ سم

وبالمقارنة بالسكان فى هذه الدراسة فإن اضطراب الفحولة نادرا ما تصيب هؤلاء الرجال الذين يكون حجم قضيبهم أقل من ٦.١ سم عند ارتخائه .

وهناك أدلة إضافية تشير على أن العنَّة فى الرجال ليس لها أى ارتباط بحجم القضيب .. والغريب أنه

فى نفس البحث وجد أن ممارسى اللواط (السلبى) يكون قضيبهم أطول وأعرض بالمقارنة بالذين يمارسون الجنس العادى مع النساء !!

ويغطى القضيب جلد مرتخ .. وهو يمتد ويستمر على الخصيتين .. وارتخاء هذا الجلد يسمح بحرية الحركة والانتصاب الكامل وذلك عند تمدده وكبره وامتلائه بالدم .. وعند رأس القضيب يصبح الجلد متداخلا فى تركيبها ويغطيها بالقلفة التى تزال فى عملية الختان .

ورأس القضيب أو الحشفة جسم أملس مخروطى الشكل .. وهو أكثر المناطق فى القضيب حساسية وإثارة فى جسم الرجل .. وهو ملىء بنهايات الأعصاب وخاصة عند آخر الحشفة عند اتصالها بجسم الضيب .

والرجال غالبا ما يهتمون ويضعون حجم القضيب فى اعتبارهم لأنه من تجارب طفولتهم ، وهم يربطون بين حجم القضيب والقوة والعضلات والفتوة .

ولذلك فإن هناك من يظن أن براعته فى الجنس يحددها كبر حجم قضيبه .. ولكن الباحثين اتفقوا جميعا على أن حجم قضيب الرجل له دور ضئيل تقريبا فى سبب سعادة ورضاء المرأة أثناء الجماع .

وفى بعض الحالات قد يكون كبر حجم القضيب

عن المعدل المناسب سببا فى عدم الشعور بالراحة عند المرأة أثناء الجماع ويبعد انتباهها عن أن سعادة ومتعة جنسية أو حسية .

والقول بأن الانسان يمكن أن تمسكه الزوجة من قضيبه داخل مهبلها ولا تتخلى عنه أثناء عملية الجماع قول خاطىء .

إن هذا القول هو واحد من الأساطير الخيالية التى تذكر أحيانا .

وسبب هذه الأسطورة قد يرجع للربط بين الجماع فى الانسان وما قد يلاحظ أحيانا فى الحيوانات .. ففى الكلاب قد تمسك أنثى الكلب بقضيب الذكر داخل مهبلها أثناء الجماع ولا تتركه حتى تنتهى العملية الجنسية ومهما حاول الناس ضربها أو إبعادها عن الذكر فإنها لا تتركه !

وقد تسمع حكاية من صديق أن أحد أصدقائه حدث له ما يحدث عند الكلاب .. ولكن عند تتبعك القصة فلن تجد لها أساسا من الواقع !

إن أقصى ما يمكن حدوثه هو حدوث تقلصات عضلية للمهبل مفاجئة وقوية أثناء الجماع وتضيق لفترة قصيرة حول القضيب .. ولكن فى مثل هذه الأحوال فإن الألم أو الخوف الذى يحدث للرجل قد يسبب له فقدانه للانتصاب ما يسمح بسهولة سحب قضيبه !

ولا يوجد وصف لأى حالة حدثت لانسان فى أى مجلة أو دورية علمية حدث فيها إمساك مهبل سيدة لقضيب الرجل وعدم التخلى عنه .. إن ما يحدث فى الكلاب أمر مختلف لأن قضيب الكلب عظمى التكوين ولذلك فإنه بسبب هذه العظام لا يستطيع الكلب أن يفقد انتصابه ولا يتمكن من سحبه إذا أمسك مهبل الأنثى به ورفضت التخلى عنه !

وفحولة الرجل لا تعتمد على طول أو قصر القضيب .. ولكن عوامل كثيرة : منها نشاطه الجنسى .

إن النشاط الجنسى يختلف من شخص لآخر ويختلف فى نفس الشخص من وقت لآخر .

وأهم العوامل المؤثرة فيه هى السن والصحة العامة والظروف النفسية المحيطة به .

ويحدث تغير فى النشاط الجنسى للرجال والنساء كلما تقدم بهم العمر .

إن الشاب عند بلوغه يكون نشطا جنسيا جدا ويقدر على الانتصاب مباشرة ويستطيع أن يقذف ٤ ـ ٨ مرات يوميا .. والزمن بين قذفة وأخرى وعودته إلى نشاطه قد يستغرق ثوانى قليلة .. وهو يطلب دائما أن يريح نفسه بالقذف سواء كان مرتبطا عاطفيا بالمرأة أم غير مرتبط وسواء كان مشغولا بمواضيع أخرى أم لا (مدرسة ، رياضة) .

وإذا لم يجد شريكة لممارسة النشاط الجنسى فإنه يلجأ للعادة السرية أو يحدث له استحلام .

وعندما يصل الرجل إلى الثلاثينات من العمر يظل شديد الاهتمام بالجنس .. ولكن العملية الجنسية تكون أقل حدة ويصل إلى الرضا بعدد أقل من مرات القذف .

وان ظل هنا حدوث الانتصاب بسرعة بعد أى إثارة .

وعندما يكون فى أواخر الثلاثينات من العمر فإن الفترة بعد القذف قد تطول حتى يستعيد نشاطه مرة ثانية والأمر قد يصل إلى نصف ساعة أو أكثر .

وتزداد فترة الركود فى الأربعينات من عمره وفى الخمسينات .

فالرجل العادى يرضى بعمليتين جنسيتين كل أسبوع وحتى يمكنه استعادة نشاطه بعد عملية جنسية فإن الأمر قد يحتاج إلى ٨ ـ ٢٤ ساعة وينتقل من التركيز على الأعضاء التناسلية إلى مشاعر عامة وحسية .

وحتى تكتمل الصورة .. يجب أن نتعرض هنا إلى النشاط الجنسى عند المرأة والذى يظهر فيه تغيرات فردية واسعة .

إن إيقاظ الرغبات الجنسية فى المرأة ـ عادة ـ

هي عملية بطيئة ولا تصل إلى قمتها إلا فى اواخر الثلاثينات أو أوائل الأربعينات .

ويبدو أن النساء لا يظهرن العجلة الجنسية التى تحدث عند الرجال .

ففى العشرينات من أعمارهن تكون هزة الجماع ابطأ واقل تماسكا عنها فى الأربعينات .

وفى الثلاثينات وبعد الولادة فإن النساء يكن أكثر شدة فى الاثارة الجنسية . ويكن البادئات غالبا فى العملية الجنسية .

إن معدل الزنا بين النساء يزيد فى أواخر الثلاثينات . إن ترطيب المهبل (وهو ما يقابل الانتصاب فى الرجل) يحدث مباشرة فى المرأة فى هذا العمر وكثير منهن يحدث لهن أكثر من مرة هزة جماع .

● وفى عام ١٩٧٦ *قامت الدكتورة هانيس بتقسيم عينة من النساء ليس حسب السن ولكن حسب معدل رغباتهن الجنسية . فوجدت أنها أعلى مما قد يعتقد الكثيرين . فعدد النساء اللاتى يرغبن فى الجنس* :

أكثر من مرة فى اليوم	١٠٪
مرة واحدة يوميا	٢٠٪

٣ ـ ٥ مرات أسبوعيا ١٥٪

٢ ـ ٣ مرات أسبوعيا ١٥٪

١ ـ ٢ مرة أسبوعيا ١٥٪

١ ـ ٢ مرة شهريا ٣ ٪

والذين لايرغبن فى الجنس مطلقا أقل من ١ ٪

وفى عام ١٩٨٠ قام ويلكوكس وهاجر بدراسة على ٦٩ سيدة متزوجة ووجد أن الثلثين يرغبن فى معدل أكبر من العلاقات الجنسية من الواقع الفعلى لهن .

إن هذه الدراسات لا تعنى أن المرأة مستعدة للجنس فى كل وقت أو أن رغباتها الجنسية دائما متأججة .

فمن دراسة الدكتورة هايت يظهر أن المرأة قد تمارس الجنس وتستمتع به ولكن يجب أن يكون هناك فترة بين كل عملية جنسية واخرى ، وهذه الفترة تختلف من امرأة لأخرى ، حتى يكون عندما رغبة فى ممارسة الجنس بشكل أقوى وهذه الفترة تتراوح من أيام إلى أسابيع .

صحيح إن هناك من تكون عندها هذه الفترة ساعات ولكنها ليست الأغلبية .

وأما من دراسة ويلكوكس فإن توافق التزامن بين الرغبات الجنسية وشدتها عند الزوجين فهو قمة

المراد .. وكانت نسبته فى هذه الدراسة ٣١٪

ولكن اختلاف هذا التوافق قد وصل فى نفس الدراسة إلى ٦٩٪

إن زيادة أو نقص الرغبة عند أحد الطرفين تسبب قلقا للطرف الآخر . وقد يتطور القلق إلى مشكلة ..

وبذا يظهر أن هموم طول أو قصر القضيب يربطه عوامل كثيرة حتى يتم للفحولة ظهورها ، وليس بالطول وحده تتم السعادة الزوجية .

● قالوا : *إن حدوث الاستحلام يدل على وجود خلل جنسى :*

الاستحلام هو نوع من التصريف الجنسى الخارج عن التحكم الواعى للشخص ، ولذا فإن معدل الاستحلام لشخص ما لا يرتبط بالشعور بالذنب أو درجة تدينه .

إن ١٠٠٪ من الرجال تحدث لهم أحلام جنسية فى حياتهم ولكن ٨٥٪ منهم تنتهى أحلامهم بالقذف .

إن الأحلام الجنسية أكثر حدوثا فى الفترة بعد البلوغ والعشرينات من العمر ، ولكن حتى المتزوجون تحدث لهم مثل هذه الأحلام .

والاستحلام تسبقه فترة طويلة من الامتناع عن

العملية الجنسية .. ولكن فى بعض الأحيان تحدث لمن يمارسون الجنس .

وقد يصل الأمر أن يكون الشخص قد مارس الجماع فى يوم سابق أو حتى فى نفس اليوم .. إلا أنه يوجد هناك إثارة جديدة من نوع ما تجعلهم يرغبون فى جماع جديد أو عمل العادة السرية أو الاستحلام .

وقد يحدث الاستحلام ليلة بعد أخرى وخاصة بين الأشخاص الذين يتأثرون أكثر من غيرهم بالمؤثرات الجنسية والنفسية .

وفى دراسة لكينزى الباحث الجنسى الأمريكى المشهور وجد أن نسبة الاستحلام بين المتعلمين أعلى من نسبتها فى غير المتعلمين .. ولقد وجد كينزى فى العينة التى درسها أن ٩٩٪ منها من الجامعيين الذين يحدث لهم أحلام جنسية فى وقت من الأوقات فى حياتهم ، بينما ٨٥٪ ومن الذين انتهوا من دراستهم الثانوية ٧٥٪ من الذين انتهوا من دراستهم الاعدادية تحدث لهم هذه الأحلام الجنسية .

● ***قالوا : الامتياز فى الأداء الرياضى يقل إذا كان هناك جماع فى ليلة أو يوم الماتش .***

إن كمية المنى التى تقذف فى المرة الواحدة هى

حوالى ٤ سم٣ وتزن حوالى ٤ جرام ، فإذا حسبنا كمية البروتينات والدهون الموجودة فى المنى فى القذفة الواحدة فإنها تمثل أقل من ٣٦ سعرا حراريا ، ولذا فإنه ليس هناك دليل مقنع أن عملية قذف طبيعى للمنى ستضعف الرجل .

إن المدربين الرياضيين والمسئولين عن تنظيم المباريات يبذلون كل طاقاتهم حتى يجعلوا الرياضيين ملازمين لفراشهم من الثامنة مساء .

ولقد قال أحد الباحثين المشهورين فى الجنس وهو « ماستر» والذى كان رياضيا سابقا: إن الشخص الرياضى بعد قيامه بعملية جنسية يمكنه أن يؤدى السباق وفى أقصى امكانياته إذا أعطى وقتا كافيا ليستعيد وضعه .

وفى رأى « ماستر » أن هذا يستغرق من دقيقة إلى خمس دقائق !!

● قالوا : *إن المذى لا يؤدى إلى حدوث حمل*

— المذى هو نتاج إفراز غدتى كوبر والغدد المخاطية الموجودة فى مجرى البول .

وغدتا كوبر عبارة عن غدتين فى حجم الحمصة يوجدان أسفل البرستاتا فى قاعدة القضيب .

وهذه الغدد تفرز سائلا مخاطيا وذلك لتشحيم ومعادلة الحموضة الموجودة فى مجرى البول

لتسهيل وتأمين مرور عملية المنى .

إن إفراز غدتى كوبر والغدد المخاطية فى مجرى البول يظهر فى صورة سائل رقيق فى فتحة البول الخارجية (الحشفة) أثناء فترة الاثارة وهو ما نطلق عليه المذى .

والمذى عادة لا يحتوى على حيوانات منوية ولكن قد يحدث أن يوجد به أحيانا القليل من هذه الحيوانات المنوية ، ولذا فإنه من الممكن للمرأة أن تحمل حتى ولو لم يخترق القضيب المهبل وأيضا ولو لم يقذف فعلا !!

● قالوا : *إن فض غشاء البكارة يجب أن يتم ليلة الزفاف*

— إن أحد هموم الرجال هى فض غشاء البكارة . إن هذا الفض يثبت عذرية الفتاة وشرفها ولكن ليس مهما فى نظرهم عذرية قلبها وعقلها .

إن هذا الفض يتم مرة واحدة فى حياة المرأة وعلى الرجل إثبات رجولته كل ليلة ، والغريب أن الرجولة والانتصاب لا يتم بالأمر ولكن قد يحدث من لمسة ، همسة .

وحتى عملية فض الغشاء مرة واحدة فى عمر المرأة أصبح قابلا للتغير مع التقدم الكبير فى الجراحة والذى بواسطته يمكن أجراء عملية الفض لنفس المرأة أكثر من مرة فى عمرها .

وغشاء البكارة يقفل جزئيا الفتحة الخارجية للفرج وهو يتقطع مع أول عملية جماع ، أو بإدخال إصبعين فى المهبل أو قد يحدث له تهتك فى أى حادثة لمنطقة الحوض أو مع رياضة عنيفة .

إن غشاء البكارة الطبيعى لا يقفل تماما المهبل حيث أن الطمث يخرج بسهولة من العذراء ومن غير العذراء لأن غشاء البكارة الطبيعى به فتحة تسمح بذلك أو بمعنى آخر فهو يقفل المهبل قفلا جزئيا وليس قفلا كاملا ، وفى بعض الحالات النادرة فإنه يسد المهبل تماما ، وهنا يحتاج الأمر إلى جراحة صغيرة حتى يسمح للطمث بالخروج من العذراء .

وفى حالات نادرة يكون غشاء البكارة مطاطيا ومرنا بحيث يسمح بالجماع وبدون أن يحث أى تهتك له ، والأمر هنا يحتاج لطبيب حتى يفضه بالمشرط .

إن وجود غشاء البكارة السليم وقت الزواج أمر هام جدا ومطلوب فى بعض المجتمعات لاثبات عذرية الفتاة ، وقد يصحب ليلة الزفاف وما يدور فيها إجهاد للزوج فلا يمكنه من فض غشاء البكارة لعدم وجود انتصاب .. ومما يساعد فى حدوث هذا الاضطراب هو خوف العروس من عملية الفض وما يصحبها من ألم والذى يعود إلى تهتك الغشاء .

وسؤال الأهل وإلحاحهم فى التأكد من فض

غشاء البكارة وإثبات عذرية الفتاة ، وأيضا رجولة وفحولة الرجل قد تكون من العوامل الضاغطة فى أول الحياة الزوجية على الرجل .

والعروس فى هذه الحالات لا تقبل بعملية الفض إلا بعملية جماع خوفا من أن يكون الزوج عفيفا .

إن ذهاب عروس بعد زواجها بعدة شهور للقاضى لتقول له إنها لازالت عذراء من الأمور التى لا تسبب هموما ولكن انكسارا للرجل .

والتقدم الحديث فى الطب تمكن من إحداث انتصاب للرجل يستمر لمدة ساعة أو ساعتين بعد إعطائه حقنة فى القضيب بحيث تمكنه من القيام بعملية الفض والجماع وبسهولة .

إن إعطاء هذه الحقن أصبح معروفا ومتداولا بين عامة الأطباء ، ولكن يجب ألا يعطيها إلا المتخصصون حتى لا يحدث أى أعراض أو مشاكل جانبية لا يستطيع تفهمها .

وكمية الدم التى تخرج من عملية فض غشاء البكارة تختلف من سيدة لأخرى . فقد يتراوح الأمر بين نزول عدة قطرات من الدم أو نزول كمية كبيرة منه .

وهناك مجتمعات بدائية فى قبائل موجودة فى شرق افريقيا تعمل عملية لصق للشفرتين الصغيرتين للفتاة بعد بلوغها وترك فتحة صغيرة

لخروج الطمث .. وعلى الزوج فض غشاء البكارة وأيضا فض الالتصاق بين الشفرتين الصغيرتين حتى يثبت فحولته وقد يضطر لاستخدام مشرط جراحى لهذا الأمر .

وقد يحدث أحيانا الحمل والسيدة لازالت عذراء ، فقد رأيت حالةحمل فى الشهر الخامس لزوجة وغشاء البكارة عندها سليم وزوجها عنين .

إن مثل هذا الموقف يخلق مشاكل بلا حدود .

ويحدث الحمل فى مثل هذه الحالات نتيجة للقذف على الأعضاء التناسلية الخارجية للأنثى .

والحيوانات المنوية لها المقدرة على الحركة وللوصول إلى البويضة فى الأنابيب وتلقيحها حتى ولو تم القذف على الأعضاء التناسلية الخارجية .

إن وجود غشاء البكارة لن يمنع من حدوث الحمل فى هذه الحالات .. لأن غشاء البكارة ليس مقفولا تماما وبه مكان لخروج دم الحيض ، ومن نفس هذا المكان يمكن للحيوانات المنوية للرجل من الحركة والدخول إلى داخل المهبل والرحم والأنابيب وتلقيح البويضة .

وقد يشغل بال بعض المقبلين على الزواج السؤال عن مدى عمق غشاء البكارة داخل المهبل ، وللعلم فإن المهبل هو قناة مطاطية عضلية تمتد من عنق الرحم حتى فتحة الفرج وطول جدارها الأمامى هو

٧,٥ سم وأما الجدار الخلفى لقناة المهبل فهى تسع سنتيمترات .

وفتحة الفرج أو فتحة المهبل هو الطرف الانتهائى لقناة المهبل وتظهر بين الشفرتين الصغيرتين ويحدها من الأمام البظر ومن الخلف منطقة التحام الشفرتين الصغيرتين .

وغشاء البكارة يوجد فى فتحة الفرج على عمق عقلة إصبع أو عقلة ونصف .

● قالوا : *أعراض السيلان تظهر فى خلال أسبوع واحد من الاصابة :*

— نعم ، هذا قول صحيح .. حيث تظهر أعراض السيلان على الرجل فى خلال يومين إلى أسبوع من الجماع مع امرأة مصابة .. حيث ينزل إفراز من مجرى البول يكون لونه أصفر مخضرا ويميل إلى الثخانة ويشعر المريض بحرقان أثناء التبول والرغبة المتكررة فى التبول والالحاح .

أما فى المرأة فإن السيلان لا يظهر بوضوح ، فهو يبدأ بعد يومين إلى أسبوع من العدوى حيث يكون هناك احمرار فى الفرج مع التهاب ورغبة فى تكرار عملية التبول مع وجود ألم وحرقان أثناء التبول .

ومن الأمور الغريبة أن معظم حالات السيلان فى الرجال تظهر نفسها بالأعراض والعلامات .. أما فى

٨٠٪ من النساء فتكون بلا إشهار لأنهن يعتبرن أى إفرازات من المهبل قد ترجع لأسباب أخرى غير السيلان .

وإذا حدث وكانت عملية العدوى من السيلان فى المستقيم (بعد عملية لواط ، أو أن تصيب المرأة نفسها بعد نزول الافرازات من الفرج على فتحة الشرج) فإن الأعراض غالبا ما تكون غير موجودة ، وإذا كانت موجودة فهى تكون فى صورة هرش وعدم راحة والتهاب وحرقان وألم أثناء التبرز ووجود مخاط ودم على البراز .

والسيلان من الأمراض التناسلية واسعة الانتشار ويعتبر ثانى مرض معد فى الولايات المتحدة الأمريكية بعد نزلات البرد .

واكتشاف البنسلين جعل علاج السيلان أمرا سهلا ولكن ظهر حديثا وجود فصائل من السيلان عندها مناعة للبنسلين .

والغريب أن هذه الفصائل لا تتأثر بالبنسلين فحسب ، بل إنها تزداد نموا عليه ... !!

وعلاج السيلان يجب أن يكون تحت رعاية طبية حتى يحصل المريض على الجرعة المناسبة ويتأكد من القضاء على المرض وحتى لا يسبب له مضاعفات تدمر حياته فى المستقبل .

ومن المضاعفات الخطيرة للسيلان فى الرجل هى

التهاب البربخ (وهو الجزء الذى يصل الخصية بالحبل المنوى) .

والتهاب البربخ ينتج عنه تورم مؤلم فى جهة الخصية المصابة وإذا حدث وكانت الناحيتان مصابتين ، فإن هذا يؤدى إلى عقم الرجل .

وهناك مضاعفات أخرى للسيلان فى الرجل مثل : التهاب المفاصل ، التهاب البروستاتا المزمن والذى يؤثر بطريقة أو أخرى على فحولة الرجل .. أو حدوث ضيق فى مجرى البول .

إن ضيق مجرى البول له أثر خطير لأنه قد يؤثر على المريض وكليتيه .

وأما فى النساء فهناك مضاعفتان هامتان :

● التهاب غدد بارثولين على أحد أو كلا الجانبين للفرج ويصبحان مؤلمين ويكونان خراجا ، وهذا الخرج يحتاج إلى تدخل جراحى .

● التهاب قناة فالوب والذى عندما يكون حادا يؤدى إلى ألم فى أسفل البطن على أحد أو كلا الجانبين مع ارتفاع فى درجة الحرارة .

إن التهاب قناة فالوب قد يؤدى إلى انسدادها جزئيا (وينتج عنه حمل خارج الرحم) أو كليا (فيؤدى إلى العقم) .

والنساء هن اللاتى يعانين أكثر من السيلان

لأنهن أقل التفاتا للمرض بالمقارنة بالرجال ويعتبرن وجود أى إفرازات من المهبل قد تعود لأسباب أخرى .. وظهور الصديد عند الرجل كإفرازات من القضيب يجعله يسرع بالعلاج .

● قالوا : *استخدام المراحيض العامة هى السبب فى العدوى بميكروب السيلان* :

— إن الرأى بأن السيلان ينتج من مراحيض عامة أو استخدام فوط ملوثة ، هو نوع من الدفاع عن النفس تجنبا لأى مشاكل زوجية ، وذلك لأن السيلان دائما ينتج عن علاقة جنسية مع شخص مصاب .

وميكروب السيلان يصيب الجهاز التناسلى ولكن أحيانا يصيب المستقيم (فى حالات اللواط) أو نزول إفرازات من الفرج على فتحة الشرج فى المرأة) وقد يصيب البلعوم (فى اللواط أو استخدام الفم فى الجنس) .

والأطفال قد يصبن عرضيا بالسيلان وذلك نتيجة الاعتداء عليهن أو ملامسة شخص مريض للأعضاء التناسلية للطفل .

وفى وقت من الأوقات وصلت نسبة العمى بين الأطفال المولودين لأمهات أصبن بالسيلان إلى ثلث حالات العمى بين الأطفال .. وذلك إن ميكروب

السيلان يصيب عينى المولود عند ولادته .

ولذلك صدر قاننون بورة وضع قطرة مضاد حيوى فى العينين لكل طفل مولود .

وتشخيص السيلان يتم بأخذ مسحة من المكان المصـاب وصبغه بصبغـة خاصـة وفحصـه بالميكرسكوب ويمكن عمل مزرعة للتأكد من المرض .

● قالوا : الكتابات والصور الفاضحة تفسد عقول الناس وتسبب انحراف تصرفاتهم وخاصة الأطفال والشباب :

● وقالوا : الكتابات والصور الفاضحة والفـاحشة تسبب المـزيد من الأداء الجنسى .

— إن الكتابات والصور الفاضحة هى أمور مقصود بها عمدا إثارة الغريزة الجنسية .

إن **الشباب هم أكثر** الفئات تعرضا للخطر من هذه الكتابات والصور الفاضحة . إنها تثير فيهم الغرائز الجنسية .

إن هذه الأعمال الفاضحة تشجع الناس على ارتكاب الجرائم الجنسية ولقد وجد عند القبض على كثير من الأشخاص فى الجرائم الجنسية ، أن فى حوزته مجموعات من الكتب والمجلات البذيئة .

وقد يتساءل المتفلسفون عن من الذى جاء أولا : الرغبة فى مشاهدة الصور الفاضحة أو الاتجاه إلى الجرائم الجنسية عند الشخص .

إن الشخص الذى يرتكب جرائم جنسية قد يرجع السبب ذلك إلى ظروف أسرية محيطة به وتكون الصور الفاضحة هى المثيرة والدافعة له ، وحتى يصل الشخص للتأثر بهذه الصورة الفاضحة فإنه يحتاج إلى **عملين** : **الخيال والشباب** .

لكن معظم الذين يرتكبون جرائم جنسية ليسوا كلهم شبابا ومقدرتهم على الخيال محدودة وتعليمهم ضعيف .

● ***والتساؤل الآن : هل لو شاهد شخص عملا فاضحا (فيلم ، صور ...) يستجيب جنسيا مباشرة أم ماذا ؟***

وقد قامت لجنة لدراسة هذه النقطة وكتبت فى تقريرها المبدئى أنه فى خلال الأربع والعشرين ساعة بعد مشاهدة هذه المادة المثيرة يوجد هناك ازدياد فى النشاط الجنسى للشخص ولكن مع ذلك فإن تصرفه الجنسى لا يتغير .

إن العادة السرية أو أداء عملية جنسية قد يزداد فى يوم المشاهدة ولكن لن تغير من تصرف الشخص إلى الجنس غير السوى (اللواط ،

السحاق ، الاعتداء على الأطفال جنسيا ...) .

وفى دراسة أخرى على المتزوجين فى منتصف العمر وجد أن أثر هذه الصور الفاضحة لا يزيد فى نشاطهم الجنسى وحتى ولو حدث ازدياد فى هذا النشاط فإنه سيكون لفترة قصيرة ويختفى بعد المشاهدة .

إن الشخص إذا تكررت مشاهدته لنفس الفيلم مرة ثانية يشعر بالضيق والملل ويرغب فى مشاهدة مادة جديدة .

وهناك من يدعى أن هذه الصور الفاضحة تزيد معرفة الأشخاص وفهمهم للجنس وادائه ، وهذا يعنى أن لها فائدة تعليمية .

وللحقيقة فإن هذه الصور والأفلام ليس لها أى فوائد تعليمية ولا تحتوى إلا على ما يثير الخيال المريض .

وهناك من يدعى أن هذه الصور الفاضحة تعطى توابل لحياتهم الجنسية الجامدة .

إن كتابة « للكبار فقط » على الأفلام السينمائية هى التى قد تجد من يناصرها ويؤيدها فى وقت من الأوقات ولكن ما يمكن أن تشاهده الأسرة ككل هو الذى يجب أن يكون القاعدة

إن هذه الكتابات والصور الفاضحة هى نوع من التدمير للمجتمع .

قالوا : القبلة البريئة لا تسبب العدوى بالزهرى :

— صحيح أن الجماع هو أكثر الطرق سببا فى الاصابة بالعدوى بمرض الزهرى ولكنه ليس الطريق الوحيد ، فالشخص المصاب بميكروب الزهرى يكون لعابه مليئا بالميكروب .

ولذا فإن قبلة مبللة من المؤكد أنها ستصيب بالمرض وبذا ينتقل الزهرى من شخص لآخر .

وهناك رواية منشورة فى المجلات العلمية أنه حدث فى إحدى الحفلات الراقصة . **إن أصاب رجل خمس سيدات من سيدات المجتمع بالزهرى عن طريق ملامسة شفتاه رقابهن** .

إن استخدام أدوات الشخص المصاب (البايب ، آلة موسيقية ، أكواب ...) يمكن أن تنقل أيضا المرض . وحتى فحص مريض أو مريضة بدون جوانتى (سيدة مصابة ، أو طبيب أسنان يفحص فم مريض مصاب) فإنه يمكن أن ينقل مرض الزهرى .

ويظهر الطور الأول للزهرى بعد ٩ ـ ٩٠ يوما من الجماع من شخص مصاب ، على الأعضاء التناسلية فى ٩٥٪ من الحالات ، وفى ٥٪ يظهر على الفم أو أصابع اليد أو اللوزتين .

إن الطور الأول يكون فى شكل حبة محددة

حمراء غير مؤلمة وسطحها متقرح ويصحبها تورم فى الغدد الليمفاوية .

وإذا لم يتم علاج المريض فإن الطور الثانى يبدأ فى الظهور فى خلال ثلاثة شهور إلى سنة من الطور الأول فى صورة طفح منتشر ولا يصحبه أى هرش مع وجود تورم فى الغدد الليمفاوية وصداع وارتفاع طفيف فى درجة الحرارة ، وقد يحدث سقوط فى شعر الحاجبين والرموش فى الرأس (مثل أكل العتة للسجادة) .

إن الطور الثانى يختفى حتى بلا علاج فى خلال أسابيع قليلة أو شهور أو ربما سنة ولكنه يعاود فى الظهور .

إن الطور الثانى يمتد إلى سنتين من بداية الطور الأول .

إن المريض فى الطور الثانى يكون معديا (لعابه ، منيه ، لبن الثدى ، دموعه ، عرقه ...) .

وبعد عشر سنوات إلى ثلاثين سنة من الطور الأول يظهر الطور الثالث للزهرى الذى يصيب أى عضو فى الجسم (الجهاز العصبى ، الجهاز الدورى ، العظام ، العينان ، المفاصل ، الكبد ...) .

إن الزهرى لا يصيب الآباء فقط ولكن أيضا يصيب الأبناء حيث يظهر عليهم بعد ولادتهم ..

صحيح أن الرعاية الطبية للحوامل قللت من فرص حدوث زهرى وراثى وخاصة إذا عولجت الأم قبل الشهر الرابع من الحمل ولكن لا يزال هناك حالات يمكن مشاهدتها .

إن علاج الأم قبل الشهر الرابع من الحمل يعطى فرصة لولادة طفل ليس عنده زهرى وراثى (طفل كل ١١ مولودا لأم مصابة) أما إذا كان العلاج بعد الشهر الرابع من الحمل فإنه قد لا يمنع من ظهور علامات الزهرى الوراثى .

وأعراض الزهرى الوراثى قد تظهر بعد الولادة بثلاثة أسابيع فى صورة طفح جلدى على الفم واليدين والقدمين ومنطقة الحوض ، أو يتأخر ظهوره حتى ١٠ ـ ١٥ سنة أو ربما حتى عندما يصير عمره ثلاثين سنة .

إن الزهرى الوراثى يسبب نفس أعراض الزهرى المكتسب (فيماعدا عدم وجود الطور الأول ، وعدم (إصابة القلب) .

وإصابة العين هى العلامة المميزة التى تظهر الزهرى الوراثى .

وغالبا ما يسبب الزهرى الوراثى درجات مختلفة من التخلف العقلى .

إن أكبر مضاعفتين لمرض الزهرى الذى لا يعالج هما :

— الزهرى العصبى ويحدث فى ١٠ ـ ٢٥٪ من

الحالات التى لا تعالج .

— الشلال العام ويحدث فى ٣ ـ ٥٪ من الحالات التى لا تعالج .

والزهرى العصبى قد يصيب أى جزء فى الجهاز العصبى (المخ أو الحبل الشكوى) ، وأعراضه مختلفة ، وقد تكون حادة أو مزمنة ، فقد يكون هناك صداع ، غثيان ، دوخة ، آلام عضوية مختلفة ، نوبات صرع أو فقدان الوعى .

وقد تتأثر شخصية المريض بأنواع مختلفة من التأثرات : أن يكون قلقا ، متبلدا ، متهيجا ، مكتئبا ، فاقد الذاكرة ، هذيان بسيط أو شديد عدم مبالاة .

وفى بعض الأحيان قد يكون المرض موجودا مع عدم وجود أى أعراض اكلينيكية .

أما الشلال العام فهو مضاعفة مزمنة من مضاعفات الزهرى حيث يحدث للمريض تدهور مستمر فى مقدرته الذهنية مع علامات نفسية .

إن هذا الشلال يظهر ١٠ ـ ٢٠ سنة بعد الطور الأول للزهرى وعادة ما يكون عمر المريض ٣٠ ـ ٥٠ سنة وغالبا فى الرجال أكثر من النساء وهو مميت .

والشلال العام قد يصيب أى أو كل الجهاز العصبى وتكون الأعراض النفسية المصاحبة له هى ظهور علامات الجنون فجأة أو اكتئاب يصحبهما

قلق ، أرق ، جنون عظمة ، إجهاد ، توتر ، فقدان لاهتماماته وفقدان لقوة التركيز .

إن الشلال العام يمكنه أن يشبه أى مرض نفسى .

وقد يبدأ الشلال العام لمريض الزهرى الوراثى فى ظهوره عليه فى عمر العشر سنوات .

ويظهر على الطفل اختلاط فى الأمور ، اكتئاب أو توتر ، ضعف الذاكرة ، فقدان عام للسلوك الصحيح .

إن هذه الأعراض غالبا ما تتوارى تحت الضعف العقلى الشديد أو التشنجات .

إن الشلال العام الوراثى يستمر فى الازدياد تدريجيا وبدرجة أقل وضوحا منها فى الزهرى المكتسب .

● ***قالوا : مرض الهربس على الأعضاء التناسلية هو مرض يحكم فيه بالزواج مع إيقاف التنفيذ :***

— مرض الهربس نوعان : النوع الأول عادة ما يصيب الفم والأنف بعد نزلة برد وفيروسه ينتشر فى المنطقة أعلى وسط الانسان .

أما النوع الثانى فهو ما تحت الوسط

ويصيب القضيب ومجرى البول ، وفى المرأة عنق الرحم والمهبل والفرج .

صحيح أن أى فيروس من النوعين يمكنه أن يصيب أماكن النوع الآخر وخاصة بعد ازدياد ممارسة الجنس عن طريق الفم .

وهناك مشكلتان خطيرتان ترتبطان بالهربس (النوع الثانى) والذى يصيب الأعضاء التناسلية :

● حدوث إجهاض تلقائى أو ولادة مبكرة ، أو أثناء الولادة فإن المولود يمر من المهبل المصاب ويصاب بالعدوى .. وينتج عنها التهاب بأغشية المخ التى قد تنتهى بوفاته أو لو أنه نجا منها فإنه يصبح معوقا .

● هناك علامات متزايدة على أن الهربس (النوع الثانى) يرتبط مع حالات سرطان عنق الرحم .

إن حويصلات الهربس على الأعضاء التناسلية قد تنفجر وتسبب حدوث تقرحات مؤلمة ، وقد ينتشر المرض عن طريق أن ينقل الشخص الفيروس لأجزاء أخرى فى جسمه .

وتسبب تقرحات الهربس آلاما متزايدة وخاصة أثناء التبول عند النساء .

وهناك مرض آخر يصحبه إيقاف لعملية الزواج وهو الزهرى .

فإذا كان الرجل مصابا بالطور الأولى أو الثانى من الزهرى فهل نسمح له بالزواج أم لا ، ومتى ؟

إن مشكلة انتقال العدوى للزوج وحدوث زهرى وراثى تضع قيدا على زواج الرجل المصاب بالزهرى حتى يتم شفاؤه أو التحكم فى انتشار العدوى منه لمن حوله .

● ***قالوا : اللواط ينشأ أساسا من اضطراب فى الهرمونات :***

● ***وقالوا : اللواط وراثى :***

● ***وقالوا : البيئة حول الطفل هى التى تدفعه فى الكبر إلى اللواط :***

— وحسب نظرية الهرمونات فاللواط سببه هو عدم توازن فى هرمون الجنس .

فالرجل العادى يوجد فى بوله كل من هرمونى (رجال ونساء) ولكن فى المصاب باللواط فإن هرمون الأنوثة يكون بنسبة أكبر .

ولكن هذه النظرية ثم إثبات خطئها بعد قياس هرمون التستوسترون فى كل من المصابين باللواط والأشخاص العاديين فوجد أن هناك نقصا فى هرمون التستوسترون بين المصابين باللواط وأن تكوين الحيوانات المنوية ضعيفا .

لكن باحثين آخرين وجدوا نتائج مخالفة وأن نسبة هرمون التستوسترون طبيعية بين المصابين باللواط .

إن مزيدا من الدراسة فى هذه النقطة مطلوب ولازالنا فى حاجة لدراسة أى ربط بين الهرمونات واللواط .

وأما القول بأن اللواط هو استعداد فى الشخص منذ مولده وأنه ليس من الأمور التى يتعلمها الشخص أو أن يكون هناك من يشجعه ، فالعالم فرويد من الذين يعتقدون فى هذا القول ويضيف أن تجارب الشخص الأولى هى التى تقرر أو توقف هذا الاتجاه .

صحيح أن المصابين باللواط يتسأون فى وسط أسرى طبيعى فى علاقاته الجنسية ولكنهم لا يعرفون ميولهم إلى اللواط إلا بعد وصولهم إلى فترة البلوغ .

وأما الرأى الذى يجد صدى فى إقناعه ، فهو أن سبب اللواط هو الظروف البيئية المحيطة بالشخص وضغوطها عليه .

صحيح أن الشخص قد يلجأ إلى اللواط بعد حادثة ممارسة لواط فى الطفولة أو بسبب بقائه لفترة طويلة فى مدرسة داخلية للأولاد ولكن الأهم من ذلك هو الوسط الأسرى فى المنزل .

ففى دراسة عن بعض ممارسى اللواط وجد أن ٧٢٪ منهم بالمقارنة ١٢٪ بين الطبيعيين قد فقدوا أحد أو كلا من الوالدين قبل سن ١٥ سنة وهناك ٥٠٪ من ممارسى اللواط بالمقارنة ١٧٪ من الأشخاص الطبيعيين وجد عندهم مشاكل أسرية

وفى دراسة أخرى وجد أن الطفل الذى لديه هذا الاستعداد يهتم بالعرائس وأن يصادق البنات فى ألعابهن أكثر من الصبيان ويفضل صحبة النساء كبار السن أكثر من الرجال كبار السن ، ولو وجد ظروف غير طبيعية فى أسرة ممارسى اللواط ٤١٪ منهم بالمقارنة ٢٣٪ من الأشخاص الطبيعيين تكون الأم هى المسيطرة على المنزل أو يكون الأب ضعيفا وليس له تأثير على حياة الولد ولا يوجد نوع من العطف والفهم والحب للابن .

وقد تكون هناك مشكلة فى المنزل وهى أن الأب يرغب فى إنجاب بنت ويرفض ذكورته من الصغر .

وقد لا تكون المشكلة فى المنزل بل فى الصحة النفسية للوالد فهو لا يستطيع أن ينشىء علاقة مع البنات لذلك فهو يلجأ لصحبة الأولاد حتى لا يقال عنه أنه يفشل معهن .

إنه نوع الخوف من الجنس الآخر فى اللاوعى !

الباب الثانى

هموم الزواج

● **قالوا : « الألفة تزيل الكلفة » :**

— منذ بدء الحضارة والانسان يخاف من الوحدة !

وبالطبع فإن الطريق الواضح لتجنب الوحدة هو الزواج !

إن الألفة والمودة هى العمود الفقرى للحب ، ومع كليهما فإن الحصول على الرضا الجنسى الكامل من العلاقة الزوجية يكون بلا حدود .

إن عدم الألفة والمودة يشبه خط السكة الحديد فالزوجان يجريان بلا نهاية بدون أن يتلامسا .

إن الجزء المفقود بينهما ليس فى أنهما يفعلان أشياء مختلفة أو يفكران بطريقة منفصلة أو يمران بتجارب متباينة ولكن لأنهما لا يشاركان تجاربهما ، أفكارهما أو شعورهما معا .

إن الجسم ، العقل والعاطفة كلها تشارك فى الألفة والمودة . إنه نوع من رباط المحبة يتضمن الرعاية المتبادلة ، المسئولية ، الثقة والتفاهم المفتوح وتبادل المعلومات بدون أى تخوف وحذر .

إن البهجة بين الزوجين فى جو من الأمان المبنى على التعاون والثقة هى كل ما يرغبه كل منهما فى العلاقة الأسرية ، فإذا تم هذا النوع من الألفة والود واستمر على مدى السنوات فإن حدوث أى معوق جسمى ، أو كبر السن أو ذهاب الجمال أو نقص المقدرة الجنسية لا تحطم ما بين الزوجين من علاقة .

إن الود والألفة بين الزوجين يعنى أنهما باستمرار يقولان لبعضهما البعض أننى أشعر بالبهجة والسعادة معك ككل كإنسان وأننى أرغب وأود أن أعبر عن هذا الشعور بكذا ... وكذا .

إن الزوجين اللذين تكون بينهما مودة وألفة يتقبلان نقائص بعضهما البعض ولا يحتاجان للدفاع عن نقط ضعفهما . إن هذا يجعلهما يعيشان فى راحة نفس وبهجة مع بعضهما وبدون الحاجة لوزن كل كلمة ينطقان بها أو يراجع كل فكرة بل يعيشان معا على سجيتها ويخبرن بعضهما بالحقيقة ، والحقيقة كلها ، لأن الآخر سوف يتسامح .

وهناك من الأزواج من يتجنب الألفة والمودة عن عمد ، وهو بهذا كأنه يلعب لعبة الزواج بأعصاب باردة . ويتحكم فى عواطفه وعدم إظهارها ، ويكون كالمتفرج لما يحدث حوله بدلا من أن يأخذ دورا إيجابيا فيها . إنه كالمتفرج على ماتش رياضى وبدون أن يشارك فيه .

إنه يمارس الجنس فى حياته الزوجية بميكانيكية وبدون أى ألفة أو مودة لدرجة أنه قد يجد أحيانا أنه من السهل أن يعمل العادة السرية على أن يمارس الجنس أو أن يدفع فى الجنس نقودا لامرأة عاهرة على أن يشارك الحب الحقيقى مع زوجته .

وهناك عائق آخر يتسبب فى تجنب الألفة لدى بعض الأزواج وهو الغضب ، إن الخلاف المستمر وتذكير شريك حياتك بشكاويك ومخاوفك السابقة سوف يحطم علاقة

الحب بينكما ، إن محاولة كل من الزوجين التأكيد على النواحى الايجابية فى العلاقة بينهما تكون أفضل من استخدام ألفاظ سوقية أو كلمات طائرة .

● **قالوا : « *الزواج نصف الدين* » :**

— الزواج هو حالة اجتماعية قانونية لها أبعادها النفسية وهناك قوانين تنظم التصرفات خلال الزواج .

إن مسئوليات الزوج والزوجة منظمة أثناء الزواج . وهناك قوانين غير مكتوبة هى التى تتحكم فى المجتمع ، فمثلا السن الذى يتزوج فيه الشخص ، إن التوقعات الاجتماعية قوية على الشباب وتحدد أن سن هذا الشاب مبكر على الزواج أو فاته قطار الزواج أو أن الوقت مناسب .

إن المرأة إذا تعدت سن الثلاثين تبدأ فى القلق وبشدة على موضوع الزواج وحتى الرجل يشعر بالضغوط عليه فى وقت معين أثناء حياته العملية بالحاجة للزواج

وفى الوقت الحالى هناك تفهم للتأخير النسبى فى سن الزواج بسبب الظروف الاقتصادية والمعيشية التى تضغط على الشباب وتمنع من اتمامه .

إن إحدى المشاكل الواضحة التى تواجه الزواج هى اختيار الزوجة .

إن المجال قد يبدو واسعا جدا .. فهناك الملايين من النساء العذارى فى العالم ولكن الواقع فإن مدى الاختيار لأى شخص يعتبر محدودا .. إن كل شخص يراه

الانسان أو يقابله أو يعمل مه يمثل شريكا محتملا فى تكوين الأسرة وتبدأ عملية التصفية من مجموعة طيبة من الرفقاء ..

وهناك ثلاثة عوامل تؤثر فى اختيار شريك الحياة

١ - الجاذبية الجسمية

٢ - الثراء

٣ - الحب

ولكن الدين هو الأساس والأقوم والأهم من الثلاث عوامل السابقة .

وعندما ذكرت العوامل التى تؤثر فى اختيار الشريك لم اذكر كلمة « الحب » كعامل أساسى فى الزواج ، لأن هذا لن يتأتى إلا بعده ولأنه المفروض أنك تختار أولا وليس ممارسة الصحبة أولا لأن مجتمعنا يفضل ذلك بقيمه المتوارثة والدينية .

إن الزفاف يتبعه عملية التأقلم على الزواج والمهام التى أمام عروسين حديثى الزواج كثيرة وهامة :

● التأقلم : والأختلاف أمر وارد ولكن بدون أن يكون مدمرا ، التأقلم على صرف النقود ، علاقة الزوجين بالوالدين والأقارب والعمل على تكوين أسرة واستقبال طفل جديد أو تأجيل ذلك .

● تنظيم العلاقات الجنسية بين الزوجين : إن الجنس مثل مثل أى تصرف اجتماعى يحتاج إلى التعليم . إن الزوجين قد يقبلان على الجنس وعندهم فكرة مسبقة عن كيفية تصرفهم أمام هذا الموقف ولكن يكتشف الزوجان

أن عليهم معا أن يكتشفا هذا العالم السحرى الرائع سويا وما هى الأشياء التى تسعدهم منه وتنظيم الأخذ والعطاء الجنسى بين الزوجين .

إن أمورا مثل الخيانة الزوجية أو الخلل الوظيفى فى الأداء الجنسى (العنة ، القذف السريع) أو الاختلاف فى الدافع الجنسى (الرغبة الزائدة ، البرود الجنسى) أو اختلاف فى طريقة الأداء السائدة (الماسوشية) كلها من الأمور التى تلقى ظلالا كثيفة على استمرار الزواج .

● تنظيم دور كل من الزوج والزوجة فى الزواج :

إن دور « سى السيد » قد تضاءل مع خروج الزوجة للعمل والتعليم . إن تنظيم دور المشاركة فى اتخاذ القرار وبدون أى تصادم بينهما يحتاج إلى تغير فى شخصية أحدهما أو كلاهما .

إن تنظيم دور كل منهم فى الدخل ومصاريف المنزل ، تربية الأولاد ، العناية بهم ، العناية حتى بالأطباق وغسلها أمور قد تواجه المتزوجين حديثا وتحتاج لتنظيم يتفاهم وقدرة على المشاركة بدون صراع .

إن الاتفاق على عمل الزوجة من عدمه من الأمور التى قد تسبب مشاكل وصراعا داخل الأسرة .

فإذا كان الزوجان يعملان خارج المنزل فإن النظام القديم لسيادة الرجل يتغير .. قربة البيت قد تكون أقل حزما ، أكثر اهتماما بنشأة الأولاد وأكبر تضحية وأما المرأة المتزوجة العاملة فإنها منافسة وليس دائما مضحية .

إن زوج ست البيت يكون اكثر هيمنة وسيطرة من زوج السيدة العاملة ، واما من جهة الرضا على الزواج فالزوجة العاملة تبدو اكثر رضا عليه من الزوجة ست البيت ، بينما الزوج هو الأقل رضا ودائما يشكو ضغوط العمل ، وكثرة القلق .

ومن الناحية الايجابية فإن زوج السيدة العاملة يذكر أن الاتفاق على الأمور الرئيسية أكثر إيجابية ودائما يحلون مشاكلهم بطريقة رائعة . إن موقف العلاقة الزوجية يتغير لو كانت الزوجة العاملة في درجة وظيفية أعلى .

● التكيف والتأقلم الشخصي مع الزواج : أن كلا من الزوجين ليس عليهما فقط أن يتكيفا مع دور الزوج والزوجة ولكن ايضا عليهم ان يتكيفوا مع بعضهم البعض .

إن كل شخص له شخصيته الفريدة والتي تؤثر في طريقته في معاملة المواقف المستحدثة ومنها الزواج وهناك من الناس من هم أصحاب ذوي الشخصية التي تمكنهم من التأقلم جيدا مع الزواج وبناء علاقة متينة . وايضا هناك من الناس من لا يستطيع ذلك ، فنواح مثل النضج العاطفي ، التحكم في نفسه ، الانطواء على نفسه ، المقدرة على اظهار عواطفه واهتمامه بالآخرين ، المقدرة على التعامل مع فترات الغضب والزهقان والضيق مع الثقة الزائدة في النفس والمرونة كلها تؤدي إلى الرضا بين الزوجين والسعادة الكبرى .

أن وجود خطوط اتصال واضحة واقعية بين الزوجين تلعب دورا هاما فى نجاح الحياة الزوجية .

ومن الواضح ان ارتفاع المستوى الاجتماعى والاقتصادى والتعليمى يلعب أيضا دورا هاما فى نجاح الحياة الزوجية بجوار عامل شخصية الزوجين .

وطبعا كلما زاد مقدارا فى نظر زوجته فإنه يكون قد استوفى دور الزوج الناجح ، وطبعا زاد ذلك من السعادة الزوجية .

إن ازدياد جو المساواة بين الزوجين والبعد عن الزواج التقليدى كلها بلاشك سوف تؤثر على مقدار السعادة الزوجية .

● **قالوا : « *اللى خلف ما مات* » :**

— إن واحدة من أعظم القوى الدافعة لأشياء الحياة هو دافع حفظ النوع ، وأن تنشىء وترعى أجيالا جديدة .

والمتزوجون حديثا يحاصرهم سؤال هام « هل تنجب الآن أم ننتظر قليلا ؟ »

إن الباحثين فى الدوافع عن الانجاب درسوا العوامل التى تؤثر فى اتخاذ القرار .

إن أمر هذه العوامل هى الضغوط الاجتماعية وخاصة الضغوط من الوالدين « فلان وفلانه تزوجوا معكم وأصبح عندهم طفل » ، « أعز الولد ولد الولد » ، « جناح الشخص أولاده » « من خلف ما مات »

وهناك عوامل أخرى : مثل البهجة والسعادة لأن

يكون للشخص طفل ، والرغبة فى الراحة النفسية التى يمنحها الأطفال فى الكبر ، البحث عن وريث ، الأطفال يجعلون كل شىء يستحق فى هذه الحياة وله قيمة ، أن يستمر بقاء اسم الأسرة .

صحيح أن هناك من يرغب أطفال حتى يطرد الملل من الحياة الزوجية أو للتعويض عن عمل غير مرض أو كمظهر اجتماعى أو لحماية الزواج من الانهيار .

إن الانتقال إلى الأبوة يعنى تقدير ما يتكلفه وجود الطفل ، أن فقدان حرية الزوجين أو تكلفة تنشئة طفل قد تصبح صدمة وغير متوقعة لهما فى أول إنجاب ، ولو أن معظم الأزواج الحدثين يدركون تماما هذه التكلفة وأن الأبناء سوف يضعون قيودا كثيرة على حياتهم .

وبالنسبة للمرأة فإن الحمل يعنى استكمال مركز أنوثتها ، وللمتزوجين حديثا وصغار السن فإن الوالدين يجب أن يتأقلموا مع ضغوط الحمل ، واعتماد الطفل كلية عليهم وما يحتاجه من عناية فى السنوات قبل المدرسة ،

إن هذا يعنى أنه يمنحهم جوانب جديدة من التأقلم والتحكم فى مشاعرهم وعواطفهم . إن شقاوة طفل عمره سنتان ويسدعى التحكم فى غضبها الشديد منه .

إن ميلاد طفل يعنى أن الزوجين أصبحا والدين ويرأسان نواة أسرة جديدة ويمكنهم أن يجعلوا من الطفل اجتماعيا ولكن الطفل أيضا يجبرهم على أن يكونوا أيضا اجتماعيين

فالوالدان يعلمان الطفل كيف يأكل ، كيف يقضى حاجته كيف يتصرف فى المواقف المختلفة وفى نفس الوقت فالوالدين يتعلمان أشياء أخرى مثل : كيف يتكلمون مع طفل ، كيف يجعلونه مستريحا ، كيف يجعلونه مبتسما ، كيف يتعامل مع جده وجدته .

إن الأبوة والأمومة نقطة انتقال كبيرة فى حياة الزوجين يجب أن يكونا مستعدين لها ويضاف إلى ذلك أن المجتمع لا يعد الزوجين لهذه المرحلة قبل ميلاد الطفل .

إن نقطة الانتقال تأتى مفاجئة .. ففى أحد الأيام يكون الزوجان مهتمين بأنفسهما فقط وفى اليوم التالى عليهم مسئولية إطعام فم وتحمل مسئوليته .

إن الأمومة قد تؤثر على عمل الزوجة ، ووجود طفل يحد من نشاط الوالدين خارج المنزل وكذا من خصوصياتهم ، وقد يقال إن المتعة الزوجية قد تقل مع قدوم أول طفل ولكن تقوية العلاقة الزوجية تكون بلا حدود .

إن ظروفا جديدة يفرضها وجود الطفل وعلاقات من نوع آخر مع المجتمع ، علاقات مع أسر جديدة للمشاركة والتضحية فى أمور تربية الأطفال ، تجديد العودة لنشاطات يكون الزوجان قد نسوها مثل المنتزهات والنوادى والمصايف وحتى علاقة الفرد بربه تتغير مع قدوم الأطفال لأن الوالدين يجب عليهما أن يلتزموا بعلم وقواعد الدين من أجل أولادهم ويجعلهم يترددون على المساجد ولأن تصبح أبا أو أما يعنى أن تضع المثالية فى

اعتبارك أمام الأبناء .

إن ميلاد طفل يظهر موقف الزوجين بوضوح من عمل الأم . إن القرار يتوقف على : هل الأم تعمل من أجل العائد المادى المطلوب للأسرة ، هل الأم تعمل إرضاء لذاتها ، هل يوجد شخص آخر يعاون فى العناية بالطفل فيجعل العودة للعمل أمرا سهلا وميسورا ؟

وهناك من الأمهات من لا يستطعن ترك العمل لحاجة الأسرة لدخلها منه وفى نفس الوقت لا تجد المعاونة المطلوبة لمسئوليات المنزل (العناية بالطفل ، التنظيف ، الطبخ ، شراء لوازم البيت) وهذا يجعل الفترة الأولى من الأمومة مثقلة بالمسئولية ومنها شعور باليأس والضيق .

وقد قسم « روفال » الحياة الأسرية إلى ثمانى مراحل حسب طول الوقت لكل مرحلة :

— المرحلة الأولى : وهى تستمر سنتان بعد الزواج ولا يكون فيها أولاد .

— المرحلة الثانية : الحمل والولادة وتستمر ٢,٥ سنتان ونصف ويكون عمر الأم فيها من ٣٠ ـ ٣٥ سنة ويكون عمر الابن الأكبر ١,٥ سنة ونصف .

— المرحلة الثالثة : وطولها ٣,٥ سنة وفيها أطفال على استعداد للدخول للمدارس (عمر الطفل الآن يتراوح من ١,٥ ـ ٦ سنوات) .

— المرحلة الرابعة : وطولها ٧ سنوات وفيها أطفال فى المدارس وعمر الطفل (٦ ـ ١٣ سنة) .

— المرحلة الخامسة : وطولها ٧ سنوات وفيها أطفال فى سن البلوغ (عمر الطفل الأكبر ١٣ ـ ٢٠ سنة) .

— المرحلة السادسة : وطولها ٨ سنوات وفيها يبدأ استقلال الأبناء (ويكون الابن الأكبر قد استقل بحياته والأصغر فى طريقه لترك المنزل) .

— المرحلة السابعة : وطولها ١٥ سنة : وفيها والدان العمر نسبيا ويصبح البيت خاليا ويبدأ وقت التقاعد .

— المرحلة الثامنة : وطولها ١٠ ـ ١٥ سنة وهى وقت الشيخوخة (ويكون الزوجان فى المعاش أو توفى أحدهما أو كلاهما) .

وإذا تأخر الزوجان فى الانجاب فإن هذا يغير من باقى المراحل يجعل فترة خلو البيت قصيرة .

ومتطلبات الأسرة المالية لا تتناسب مع مراحل ودورة الحياة الأسرية . فالأسرة التى عندها أطفال تكون فى المرحلة ٢ إلى ٥ وهى فى أشد الحاجة إلى النقود وذلك لكثرة طلبات الأسرة والأكل ،والدواء والعلاج ، الملابس ، المسكن) .

إن دخل الأسرة فى هذه الأوقات عادة ما يكون فى أقل مراحلها وفى أعظم أوقات احتياج الأسرة للنقود وخاصة إذا كانت الأم غير عاملة ، ولكن فيما بعد عندما يرتفع دخل الأب أو تعود الأم للعمل فإن الأسرة تكون أقل احتياجا للنقود .

الباب الثالث

هموم العملية الجنسية

● **خدعوك فقالوا : الجنس هو مسألة الرجل التامة :**

هناك من النساء من ينتقدن الرجال لأنهم أكثر أنانية .. وانهم لا يبذلون المطلوب الإعداد المرأة للجماع وذلك لعدم وجود فترة مداعبة كافية .. ويقلن ان الرجال أكثر تسرعا وانهم يردن الجماع ولكن ليس ممارسة الحب أثناء الجماع .

ان النساء هن ضحايا الأسطورة القائلة : ان الجنس مسئولية الرجال التامة .. وان المرأة التى تظهر رغبتها للزواج غير طبيعية .

وهناك من النساء من يربطن الجنس مع الخطيئة مما يجعله مصحوبا بكثير من القلق والسلبية فى الأداء ..

ان الاثارة تنبع من مصادر نفسية وفسيولوجية وتبدأ عادة بالكلام والايماءات غير المباشرة ، ومع مضى الوقت فإن الزوجين يكون بينهما لغة خاصة فى العلاقة الزوجية .

ان الرغبة فى المرأة تكون فى نفس القوة عند الرجل ولكن رد الفعل هو المختلف .

ان المرأة تكيفت نفسيا على مدى أجيال أن تثبط من نشاطها الجنسى ان لم تنكره كلية ، وقد يكون هذا هو السبب والاعتقاد الشائع فى أن المرأة أقل اثارة من الرجل .

صحيح ان هناك فروقا جوهرية للاثارة الجنسية من رد فعل الرجل والمرأة ولكن ليس لدرجة عدم التماثل .

ان الفروق توجد حتى بين رجل وآخر وبين امرأة وأخرى .

ان النساء يقررن فى انتقادتهن بأن الرجال أقل اهتماما بأن تصل المرأة الى مرحلة الاشباع الجنسى وانهم ليسوا عطوفيين فى عملية المفاتحة وغير رومانسيين وأحيانا خشنين أثناء الجماع وغير خياليين ولذا فالمثل الفرنسى يقول « ليس هناك امرأة باردة جنسيا ولكن رجالا غير بارعين ».

ومن جهة أخرى فإن المرأة عندها شعور خاطىء بأن زوجها يعرف كل احتياجاتها الجنسية وانها ليست فى حاجة الى أن تخبره عن أى شىء يسعدها جنسيا ..

حقا ان كل رجل يريد أن يسعد زوجته ولكن من أين له أن يتوقع ما تفضله أثناء الجماع وما لا تفضله إذا لم تشعره بذلك .. وإذا تصرف بخطأ فهو متهم وإذا نجح فإنه يفوز بالصمت .

وقد يكون هناك بعض الأمور التى تزيد الاثارة بين الزوجين : الروائح العطرية ، الملابس ، نظافة البدن وجاذبيته .. وبالطبع لا يمكن توقع الكثير من زوجة منهكة فى البيت والمطبخ ومسئولية الأولاد وان

يطلب منها أن تكون متلألئة أثناء الجماع أو أن يكون الزوج المنهك فى عمله يبدو كنجم السينما .

ولكن المشكلة ان كثيرا من الأزواج والزوجات سيتوقفون عن عمل أقل الجهد ليجعلوا أنفسهم مرغوبين فى أعين شريكهم ، ولذا فإن حياتهم الزوجية الجنسية تدخل فى حالة ركود .

ويضاف الى ذلك أن نوعية المجاملة والعطف والحساسية لمتطلبات ورغبات الشريك والتى هى أساسية فى العلاقات الزوجية أمر هام .

فهناك من النساء من يرغبن فى الكلام أثناء الجماع . وهناك من الرجال ما لا يقدرون على هذا .

طبعا الكلام هنا ليس فى مشاكل الأسرة ولكن الكلام الرقيق بين المحبين الذى يؤجج العاطفة ويضاعف من روعة اللقاء .

ان همس المحبين مطلوب اثناء اللقاء .. وهو أمر يعتبر فى ظرف آخر من الأمور السوقية .

ان أسلوب الأداء الجنسى هو من الأمور الشخصية وطبعا يكون هناك وسائل اتصال بينهما فيما يثير الطرف الآخر أو لا يثيره لأن الشريك ليس قارىء كف أو أفكار .

وفى دراسة عن حدوث هزة الجماع للمرأة أثناء الجماع وجد انه إذا كانت المداعبة تستغرق من دقيقة الى عشر دقائق فإن ٤٠ ٪ من الزوجات

يذكرن انهن تقريبا على وشك القذف .
أما ٥٠ ٪ يحدث لهن ذلك إذا امتد الى ١٥ ـ ٢٠ دقيقة .

وأما عن طول فترة الجماع فإنه إذا استمر دقيقة واحدة فإن ٢٥ ٪ من الزوجات يصلن لهزة الجماع أو تكون على وشك الحدوث ، ولكن إذا استمر أكثر من دقيقة فإن ٥٠ ٪ يصلن الى هزة الجماع ، إذا استمرت أكثر من خمس دقائق فإن ٦٥ ٪ .. ولكن تقريبا كل النساء يصلن الى هزة الجماع إذا استمر الجماع أكثر من ربع ساعة .

وقد ذكرت نفس الدراسة ان كثيرا من الزيجات تحطمت بسبب قصر فترة الجماع .

ان اداء العلاقة الجنسية له اختلافاته الكثيرة .. ففى احدى الدراسات وجد أن ٨٧ ٪ من النساء يرغبن فى عملية اختراق القضيب للمهبل حتى ولو لم يصلن الى هزة الجماع لأن هذا الاختراق يعطى لهن الراحة والإسترخاء أكثر مما تعطيه هزة الجماع التى تحدث فى نهاية اللقاء .. وذكرت ان ٣٠ ٪ من نساء هذه الدراسة يحدث لهن هزة الجماع فى كل جماع .

ومن الأمور الهامة بين الزوجين هو حدوث التجديد فى عملية الجماع . ان إعطاء الجهد لاحداث هذا التجديد هو الذى يعطى الحيوية للحياة الزوجية .

ان الالتزام بوضع ثابت لا يتغير وبأسلوب ثابت فى الجماع يفقد العملية الجنسية بين الزوجين بهجتها ورونقها ومتعتها .

ان من الخطأ ان يكون الجماع فى نهاية اليوم بعد انتهاء العمل وانتهاء التليفزيون ويكون كل من الزوجين متعب لدرجة يرغبان فى عمل شىء سريع حتى يستغرقا فى النوم .

ان قليلا من الخيال يحسن العلاقة الزوجية مثل ممارسة الجنس فى مكان غير متوقع فى المنزل أو فى تغير الوضع أو الأداء أو الملابس .

ان الزوجة عليها أن تمارس نفس الدور فى الجماع مثل الرجل ولا يكون الأمر كله على الرجل وهى سلبية منها .

ان نجاح العلاقة الزوجية بين شخصين يعتمد أساسا على علاقة الرعاية بينهما والاهتمام حيث يشعر الشخص ويحس برغبات شريكه وان هذا الاهتمام والرعاية يمتد حتى بعد انتهاء العملية الجنسية .

- ان العملية الجنسية يجب الا تنتهى بالقذف .. ان الفترة بعد القذف تعطى سعادة غامرة نفسيا وعاطفيا للزوجين .

ان الجنس جزء هام وممتع فى الحياة الزوجية ولذا فعلى الزوجين عمل كل شىء ليكون مرضيا

وممتعا وان هذا اللقاء يصبح أمرا مزعجا إذا لم يصل الى الرضاء ويكون هو المتعة والبهجة اذا نجحا فى الوصول اليه .

● قالوا : هناك مناطق فى الجسم أكثر حساسية من الناحية الجنسية من غيرها :

— نعم . وهذه المناطق فى الرجل والمرأة وهى التى تسبب الاثارة الجنسية .

وأكثر هذه المناطق حساسية هى الأعضاء التناسلية والمنطقة المحيطة بها والفخذان من الداخل والخارج والاليتان والبطن والثدى وتحت الابط والصرة والرقبة وحلمة الأذن وفروة الرأس والجفون وطبعا الفم واللسان والأنف .

ومن جهة أخرى فهناك النظر والكلمة اللطيفة ، واللمسة الحنونة والرائحة العطرة والصوت الشذى .. كلها يمكن أن تثير المشاعر الجنسية ، ان هذه المؤثرات تسبب حدوث أفكار مهيجة والتى تؤدى الى انتصاب القضيب أو ترطيب المهبل .

وهناك اختلاف فى المناطق الحساسة من شخص لآخر وفى نفس الشخص أيضا .. فمثلا رأس القضيب ليس مثل الخصيتين فى الحساسية الجنسية والبظر غير الشفرتين فى الحساسية وجدار المهبل (فيما عدا الجزء العلوى الأمامى) فهو غير

حساس وكذا عنق الرحم فهو غير حساس أيضا لدرجة انه يمكن كيه وبدون مخدر ولكن الضغط عليه هو الذى يثير لأنه بالتالى يضغط على الرحم والأعضاء التناسلية داخل البطن .

ان أكثر الأعضاء استخداما فى عملية الاثارة هى اليدان .. ان المداعبة هى الطريق الموصل الى الجنس ، بل انها قد تكون ممتعة فى حد ذاتها .

ان مشكلة المداعبة هى التى قد تطول عن حد معين حيث تسبب احتقانا مؤلما فى الأعضاء التناسلية .

ان هذا الاحتقان قد يؤذى الرجل ويسبب احتقان البروستاتا أو توصله الى عملية القذف السريع .

والاثارة يمكن زيادتها لو استخدم مبدأ التقدم والتقهقر . والمهارة فى التوقيت وإلا انقلب الموقف الى فهمه على انه رفض .

والمهارة فى المداعبة لن تؤثر فى الشريك فقط ولكن فى المداعب نفسه .. ان استخدام اليد باللمس - وليس بالضغط هو المطلوب .

ان اللمس الخفيف العام للجسم مع المودة ثم التركيز على مناطق الاثارة فى الجسم هو أمر مطلوب .

ان المداعبة يجب أن تكون تدريجية فى شدتها

وتأخذ وقتها الكافى قبل ممارسة الجماع .

صحيح ان هناك من يعتبر أن ممارسة الجنس نفسه هو أهم شىء للاثارة وانه لا داعى للمداعبة ولكن عنصر التفاهم بين الزوجين هو المهم فى التوقيت والتفضيل .

وهناك من الناس من يعتبرون أن الاعضاء التناسلية أماكن قذرة وذلك بسبب قربها من مجرى البول والبراز ، أو ان تقبل شخصا تخرج رائحة كريهة من فمه ، أو تقترب من شخص يحتاج الى أن يأخذ حماما هو أمر مزعج .

ان العناية بالنظافة الشخصية أمر حيوى فى العلاقة الزوجية السعيدة .. ان اختلاف شخص عن آخر هو الذى يحدد دور المداعبة ومداه ومقدار تقبله .. فقد يجد زوجان أمرا ما مثير بينما يعتبره زوجان آخران ان هذا أمر مقرف ومنفر .

● يسألونك عن : المعدل المناسب للجماع ؟

من الناحية القانونية والدينية فإن كلمة الجماع تحدث بين الزوج والزوجة وهى الوسيلة الوحيدة المقبولة للنشاط الجنسى (فيما عدا الاستحلام بالطبع) انها المتنفس الوحيد للزوجين ، ومع ذلك فإن الجماع قد يكون غير مرض لأحد الزوجين ، ان عدم الرضا هذا هو الذى يولد المشاكل داخل الأسرة .

وهناك رأى يقول ان معدل الجماع لا يتأثر بطول الحياة الزوجية (طبعا فيما عدا أول عام فى الزواج) ولكن هناك من الأدلة على ان الجماع يتأثر مع قدوم أول طفل ، ويقل مع قدوم كل طفل جديد ، وذلك ما لم يتدارك الزوجان ذلك ويأخذان الخطوات اللازمة للمحافظة عليه .

والرغبة فى الجماع تكون أكثر فى الرجال عنها فى النساء وخاصة فى السنوات الأولى للزواج . صحيح ان الأمر قد يكون فيه بعض المظاهر فى الرغبة فى الجماع .

وفى احدى الدراسات ذكرت ان الرغبة للجماع عند الزوجة تزيد عن الزوج فى ١٥ ٪ من الزيجات ..

وفى دراستين منفصلتين عن الجماع بين الأزواج الأمريكيين وجدت النتائج الآتية :

كيـــنزى

السـن	متوسط مرات الجماع أسبوعيا
١٦ ـ ٢٥	٢,٤٥
٢٦ ـ ٣٥	١,٩٥
٣٦ ـ ٤٥	١,٤
٤٦ ـ ٥٥	,٨٥
٥٦ ـ ٦٠	,٥

هيـــات

السـن	**متوسط مرات الجماع أسبوعيا**
١٨ ـ ٢٤	٣,٢٥
٣٥ ـ ٣٤	٢,٥٥
٣٥ ـ ٤٤	٢
٤٥ ـ ٥٤	١
٥٥ وأكبر	١

وفى بعض النساء تكون رغبتهن فى الجماع على دورات ويختلف حسب الوضع الاجتماعى والناحية النفسية ، وهذا الأمر يختلف عما يحدث عند الرجال .

الرجال والجماع :

فى دراسة كنزى وجد ان ٨٥ ٪ من الرجال المتزوجين هم الذين يمارسون الجنس فقط مع زوجاتهم فى صورة جماع ، بينما ١٥ ٪ يمارسونه فى صورة عادة سرية ، زنا ، لواط ، استحلام .

ان معدل الجماع بين المتزوجين يختلف حسب مهنة الزوج وقدرته الجسمية . وفى دراسة أجراها بيرلمان على ٢٦٥٥ أمريكيا متزوجا على معدل مرات الجماع ووجدت النتائج الآتية :

العمـر	٣	١	مرة
٢٠ ـ ٢٩	ـ ٤ مرات	ـ ٢ مرات	أسبوعيا
٣٠ ـ ٣٩	أسبوعيا	أسبوعيا	١٨,٣ ٪
٤٠ ـ ٤٩	٢٦,٢ ٪	٢٩,٦ ٪	٢٥,٦
٥٠ ـ ٥٩	١٣,٦ ٪	٢٩,٥ ٪	٢٨,٣
٦٠ ـ ٦٩	٥,٢ ٪	٢٨,١ ٪	٧٢,١
٧٠ ـ ٧٩	,٩	٢٦,٢ ٪	١٩
	,٤	٦	٦,٧
		٣,٦	

ثلاث مرات	مرتين	مرة واحدة	لا شــيء
شهريا	شهريا	وأقل كل	٢,٣ ٪
٠,٩ ٪	٤ ٪	شهر	٦,٢
٣,٧	٨,٤	٠,٣ ٪	٤,٢
٥	١١,٨	٤,٩	١٩
٤,١	١٧,٤	٨,٩	٢٥
٢,٢	١٣,٧	١١	٢١,٨
١,٢	٨,٨	٧٣	
		٥٧	

ان المداعبة بين المتزوجين لا تعنى إلا شيئا واحدة وهو مقدمة الجماع . والغريب ان نسبة

عالية من قليلى التعليم لا يرغبون فى هذه المداعبة بل فى الجماع وبسرعة وإذا حدث هذا من شخص متعلم فإنه يفسر على انه عدم خبرة .

وفى دراسة لكنزى وجد ان المداعبة بين المتزوجين تستغرق ٣ دقائق فى ١١ ٪ من الحالات . ٤ ـ ١٠ دقائق فى ٣٠ ٪ ، ٢٠ دقيقة فى ٣ ٪

وهناك من يطيل المداعبة أكثر من عشرين دقيقة وقد يصل الأمر الى ساعة أو أكثر .

ولكثير من النساء فإن الالتصاق والاحتضان أهم من الجماع ، فهذا يشعرهن بالاسترخاء والاحساس بالأمان .

وكثير من الأزواج المتعلمين يضعون اعتبارا شديدا لأن تصل زوجاتهم الى الارتواء ..

النساء والجماع :

من الناحية العملية فإن كل النساء المتزوجات يمارسن الجماع ، ولو ان هناك نقصا فى المعدل بعد السنتين الأوليين من الزواج وكذا عند التقدم فى العمر .

وفى دراسة عن ٢٣٧٢ أمريكية عن حياتهن الزوجية ١٣,٢ سنة فى المتوسط ، وجد ان معدل الجماع هو :

٢٦ ـ ٣٠ سنة	٩,٤ مرة شهريا
٣١ ـ ٤٠	٧,٤

٤١ ـ ٥٠	٦,١
٥٠ فأكثر	٤,١

وقد قيمن حياتهن الجنسية كما يلى وكان ذلك متمشيا مع معدل الجماع :

حياة جنسية « جيدة جدا »عشر مرات شهريا

جيدة	٨,٦
معقولة	٦,٣
ضعيفة	٥,١
ضعيفة جدا	٢,٣

وفى دراسة أخرى ربطت النساء بين حياتهن الجنسية وسنوات الزواج

أقل من سنة واحدة	٨٢ ٪
١ ـ ٤ سنوات	٦٨ ٪
٥ ـ ١٠ سنوات	٦٧ ٪
أكثر من عشر سنوات	٦٧ ٪

وفى دراسة لكنزى وجد ان النساء يصلن لعسيلتهن فى ٧٥ ٪ من مرات الجماع ولكن بعد عدة سنوات فإن المعدل يزيد ، ففى السنة الأولى من الزواج ٧٥ ٪ بين كل الزوجات يحدث لهن هزة جماع فى كل مرة جماع ولكن النسبة تصل ٩٠,١ ٪ بعد عشرين سنة من الزواج .

● ***قالوا : لتحافظ على صحتك عليك الامتناع عن العلاقة الجنسية :***

هناك من يؤيد الامتناع على أساس ان هذا نوع من التسامى ولكن للحقيقة فإنه ليس هناك أى دليل يثبت ان أى دوافع بيولوجية يمكن تحويلها من هدفها البدائى الى هدف أسمى أخلاقى أو ثقافى .

وللحقيقة ان محاولة التسامى هذه للرغبات الجنسية يمكن أن تؤدى الى اضطرابات نفسية مثل نقص الرغبة الجنسية .. عدم المقدرة على التركيز .. التوتر والأرق .

أو يمكن أن يحدث منها قذف سريع .. عدم مقدرة على الانتصاب .. التهاب البروستاتا .. احتقان فى المبايض والفرج .

ان الامتناع الاختيارى هو الأقل ضررا للشخص .

وهناك حالات تجبر الشخص على الامتناع عن الجنس فمثلا أثناء مرض شريكه . أثناء الفترة الأخيرة من الحمل ، بعد الولادة وفى فترة النفاس أو عندما يكون الشخص مصابا بمرض تناسلى ولا يريد انتشار هذا المرض للغير قبل أن يعالج نفسه .

وحتى فى مثل هذه الحالات التى يحدث فيها الامتناع فإن الشخص قد يلجأ للعادة السرية

كمخرج جنسى له .

ان الامتناع عن الجنس لا يلعب دورا ناجحا إلا كوسيلة لتنظيم الأسرة أو كهجر الفراش .

ان الغدد الجنسية (الخصيتين ، البروستاتا ، الحويصلة المنوية) تعمل سواء مارست الجنس أو ابتعدت عنه ، انها مثل الغدد اللعابية ترطب فمك سواء تناولت الطعام أو لم تتناوله .

صحيح انه عند تواجد أصناف شهية من الأكل فإن الغدد اللعابية تنشط ويسيل اللعاب أكثر إلا ان الامتناع عن الجنس لن يوقف هذه الغدد الجنسية عن العمل وسيخرج افرازها إما الاستحلام أو مع البول .

● *قالوا : الرحم « يشفط » المنى المقذوف فى المهبل :*

بعد انتهاء هزة الجماع فإن انقباضات الرحم تتوقف ويختفى الاحتقان ويعود الرحم الى حجمه الطبيعى ولو انه يظل كبيرا بعض الشىء لمدة ١٠ ـ ٢٠ دقيقة .

وإذا لم يحدث هزة جماع فإن الزيادة فى حجم الرحم تستمر لمدة ستين دقيقة أو ربما أطول من ذلك .

وبعد هزة الجماع مباشرة يوجد اتساع بسيط فى فتحة عنق الرحم والذى تستمر من ٥ ـ ١٠ دقائق .

ان هذا الاتساع لا يساعد على انتقال الحيوانات المنوية ولا يسمح بعملية المص فى الرحم ، وتعود تقريبا جميع الأعضاء التناسلية للمرأة وأنسجتها وبسرعة الى حالتها قبل عملية الاثارة وذلك بعد حدوث هزة الجماع .

فمثلا عملية التوهج أو التودد الجنسى تختفى من الجسم وفى اتجاه عكس ظهورها : فحلمة الثدى والثدى نفسه يعود الى طبيعته تدريجيا ويتم ذلك فى خلال ٥ ـ ١٠ دقائق ، وسرعة دقات القلب وضغط الدم والتنفس يعود بسرعة الى معدله الطبيعى .

ويحدث لثلثى النساء ظهور عرق منتشر على الصدر والظهر والساقين والكاحلين وذلك عند اختفاء التوهج والتورد الجنسى ، وقد يحدث أحيانا عرق غزير على كل الجسم وخاصة على الجبهة ، الشفة العليا وتحت الابط وهذا العرق الغزير ليس مرتبطا بأى مجهود يبذل أثناء العملية الجنسية ، ان كمية العرق تتناسب مع شدة هزة الجماع .

وبعد عشر ثوان من هزة الجماع فإن انقباضات المهبل تتوقف ويعود البظر الى حجمه الطبيعى بعد ٥ ـ ٣٠ دقيقة ، وأما الاحتقان الموجود فى الثلث الخارجى للمهبل فإنه يختفى ويعود الى حجمه الطبيعى بعد ١٠ ـ ١٥ دقيقة .

وأما الشفرتان الكبيرتان فهما يعودان لحجمهما

الطبيعى بسرعة بعد هزة الجماع وخاصة إذا لم تكن السيدة عندها أطفال ، وأما التى عندها أطفال فإن امتلاء الشفرتين قد يستمر ٢ ـ ٣ ساعات قبل أن يختفى .

ان المرأة بعد انتهاء الجماع لا تدخل فى فترة عدم استجابة للجنس مثل الرجل ولكن يمكنها من ممارسة الجنس والعودة للاثارة مرة أخرى ، ولو استمر الجنس فإنه يحدث لها هزة الجماع مرة أخرى أو مرات ولكن الرجل يدخل فى فترة عدم استجابة ويكون عنده مقاومة مؤقتة للاثارة الجنسية تختلف فى طولها من رجل لآخر .

● ***قالوا : المرأة تقذف مثل الرجل :***

الغشاء المخاطى للمهبل لا يحتوى على أى غدد .

ان تليين أو تشحيم المهبل يحدث أثناء الاثارة الجنسية .. وهو يحدث لأن هناك سوائل تفرز بوسيلة تشبه عملية افراز العرق من هذا الغشاء المخاطى للمهبل .. وكذا نزول افرازات من عنق الرحم يساعد أيضا فى عملية التلين المهبلى .

وعندما تزيد الاثارة الجنسية وتستمر فإن نقطا من العرق تظهر على سطح المهبل .

وغالبا ما تنقبض عضلات المهبل فجأة .. وهذا الانقباض يؤدى الى تقارب أسطح المهبل ومع

بعضها البعض بطريقة تسبب اخراج الافرازات من المهبل بطريقة مفاجئة ..

ان خروج هذه الافرازات مع حدوث انقباضات هزة الجماع هو أساس الاعتقاد الخاطىء بأن المرأة تقذف مثل الرجل .

ان خروج هذه الافرازات التى تشبه العرق من الجدار المخاطى للمهبل تساعد على عملية اختراق القضيب لها وتسهل من أداء العملية الجنسية .

وبالرغم من الحقيقة التى ذكرتها الآن بأن المرأة لا تقذف مثل الرجل .. فهناك أبحاث نشرت تقول ان هناك نوعا من القذف قد يحدث .. ان هذه الأبحاث تشير الى وجود أدلة مكتشفة تثبت ان بعض النساء يقذفن سائلا من غدد موجودة حول مجرى البول فى نقطة فى السطح الأمامى للمهبل وفى نقطة تسمى نقطة (ج)

ان هذه الغدد وهذه النقطة (ج) تحتاج الى المزيد من الأبحاث .

والمهبل يحدث له تغيرات نتيجة لأثر تكرار الولادة ويضاف الى ذلك الارتخاء الطبيعى للعضلات كلما تقدمت المرأة فى العمر مما يجعل عضلات المهبل أقل قوة من ذى قبل بل وتتدلى .

وقد تكون النتيجة ان المهبل ربما يصبح أكثر اتساعا حتى يسبب عدم الرضا التام للزوجة من الجماع .

ان هذا الوضع يضايق الرجل الذى يعتمد أساسا على احتكاك حشفة قضيبه فى جدار المهبل وذلك لاحداث اثارة له وتمكنه من الوصول الى مرحلة القذف .

وبالمثل فإن الحالة تضايق المرأة لأنها لا تحصل على أى سعادة طبيعية من اختراق القضيب ، ولأن المهبل يحتوى على عدد أقل من نهايات الأعصاب التى تعطى لذة جنسية ولكن الاختراق فى حد ذاته يعطى لذة نفسية .

وإذا كان عند المرأة ارتخاء فى عضلات المهبل فإنه يمكنها تقويتها عن طريق التمـرينات الرياضية .. ولذا نتصح بأن تقوم المرأة بعملية قبض عضلات المهبل كما لو كانت تحاول أن تحبس عملية التبول .. وعليها أن تقوم بالتدريب على هذا الانقباض عشرين مرة متتالية على أن يتكرر ذلك عشر دفعات يوميا .. وستجد بعد مرور شهر ان هناك اختلافا ملحوظا فى حجم المهبل .

وهذه التدريبات يمكن عملها والمرأة مشغولة فى نشاطها اليومى المعتاد .

ولقد ظهرت حديثا بعض الوسائل الالكترونية التى تساعد وتحـل محل هـذه التدريبـات الرياضية .. ويمكن للمرأة أن تستخدمها لتقوية عضلات المهبل .

ولقد تابع الباحثون مئات من هذه الحالات ووجدوا ان عضلات المهبل قد قويت وكثير منهن بدأن يشعرن بزيادة تأثرهن بالجنس ورضاهن عليه .

ولقد استنتج بعض الباحثين من هذه الدراسات ان نهايات الأعصاب وعضلات المهبل والتى تثار أثناء الجماع يمكن أن يكون لها دور فى هزة الجماع من المهبل .

● قالوا : المرأة أكثر رغبة فى الجماع أثناء فترة الطمث :

— لقد نشر عدد من الاحصائيات على النساء أكثر رغبة فى الجنس فى فترتين هامتين :

فى أثناء الدورة الشهرية .. وقت التبويض (فى منتصف الدورة) وقبل بدء الطمث (وفى احدى الدراسات وجد ان نسبة الرغبة والنشاط فى المرأة تزيد بحوالى ٢٥ ٪ حول وقت التبويض ولكن ليس بين النساء اللاتى يتناولن أقراص منع الحمل (لأنه لا يحدث لهن تبويض)

ولتوضيع ذلك من الناحية البيولوجية ، ففى فترة التبويض فإن البويضة الناضجة حديثا تخرج من جرابها وتبدأ فى رحلة طولها أربعة أيام فى قناة فالوب حيث من الممكن أن تتقابل مع حيوان منوى .

وهذا يعنى انه لو حدث جماع قبل ، وأثناء

أو ليس بعد وقت طويل من هذا الوقت فإن فرصة الحمل تكون أكبر .

ولو كانت الطبيعة ترغب فى المحافظة على النوع فإنها لن تختار وقت أفضل من ذلك لتوقظ فى المرأة الرغبة الجنسية .

وعندما يصل الاستروجين لأعلى نسبته فإن خروج البروجسترون من منتصف الدورة يصحبه قمة افراز هرمون التستوسترون من الغدة فوق الكلية فى المرأة .. وهذا الهرمون الرجالى هو الذى يجعل نهايات الأعصاب فى البظر أكثر حساسية للمس ولهذا يزيد ويرفع من رغبتها الجنسية .

وأما قبل وأثناء الدورة الشهرية فإن نسبة الهرمونات تهبط بحدة وتظهر بويضة جديدة وتبدأ فى النمو .

ان المرأة تصبح أكثر رغبة جنسية عندما يصل فيها الاخصاب الى أقل درجاته .. أو عندما تكون هى أقل قلقا على أن تصبح حاملا .

وقد يبدو معقولا أن تفسر أى زيادة ممكنة فى الرغبة فى هذه الفترة بأنها ناتج تورم طبيعى واحتقان أنسجة الرحم والمهبل قبل نزول الطمث .. وهى مهيجة فى حد ذاتها .

وبالرغم من كل ما سبق أن ذكرته فى العلاقة بين الجنس والهرمونات فإنه يجب ألا ننسى شيئا هاما : ان الانسان مخلوق له عقل .. ورؤوسنا هى

أكبر المناطق المهيجة فى أجسامنا .

فالمرأة تتجاوب فى أى وقت أثناء دورتها الشهرية حسب عدة عوامل مختلفة محيطة بها .

ان هذه الامكانية المستمرة للجنس والتحرر الظاهر من رغبات جنسية ملحة أثناء الدورة الشهرية هو الذى يميز الانسان عن باقى الحيوانات .

وللحقيقة فإن الرجل والمرأة يمكنهما أن يمارسا الجنس فى أى وقت طوال الشهر .

وقد اعتبر بعض العلماء ان هذا العامل هو من أهم تطور للمجتمعات الانسانية والتى مكنت من امكانية الحب المشبوب بالرغبة وانها زادت من الروابط الأسرية .

● قالوا : هناك اختلاف واضح بين هزة الجماع من البظر عنها من عنق الرحم :

— ان هزة الجماع فى المرأة هو رد فعل شديد من البهجة . تخفف الضغوط ويصحبه ما يشبه الرعشة ويكون هو قمة الرضا الجسمانى والعاطفى من العملية الجنسية .

ان هزة الجماع تحدث لكل من الرجل والمرأة ولكنها فى الرجل يصحبها قذف .

ان هذه الهزة يصحبها ارتفاع فى ضغط الدم

وزيادة فى سرعة النبض وتنفس عميق وامتلاء بعض الأنسجة الخاصة بالدم وتنتهى بخروج الضغوط النفسية والعصبية والعضلية ويتبع ذلك عودة الجسم الى حالته الطبيعية قبل الاثارة .

ان الأماكن الفعلية لهزة الجماع هى فى منطقة الحوض ..

ففى الرجل : فى القضيب ، البروستاتا ، الحوصيلة المنوية .

بينما فى المرأة : فى المهبل والرحم .

وتستمر فترة هزة الجماع من ٣ ـ ١٠ ثوان .

ولقد وجد كنزى ان ٧٠ ٪ فقط من النساء يحدث لهن هزة جماع فى السنة الأولى من الزواج بينما ٩٥ ٪ من النساء يصلن الى ذلك فى فترة متأخرة من حياتهن .

ومن الأمور التى يجب أن يعيد الشخص النظر فيها انه ليس فقط هزة الجماع هى العلامة الوحيدة الدالة على حدوث رضا جنسى ولكن الألفة والمودة والصداقة الحميمة والتعاطف والتقارب والمشاركة فى المشاعر مع من تحب هى التى تعطى الرضا الكامل من هزة الجماع .

ولما كان هناك عدد كبير من نهايات الأعصاب فى منطقة البظر والفرج .. فإن الكثير من النساء يجدن فى العادة السرية أو الاثارة المباشرة (أى شىء غير الجماع) يمنحها هزة جماع أكبر ، بل وهزات

وليس هزة واحدة .

ولكن هزة الجماع ناتجة عن عملية جماع بين الرجل وزوجته يصحبها رضاء عاطفى وراحة فى المهبل عند بعض النساء .

ان الرجل قد يصل الى القذف فى خلال أربع دقائق من الايلاج والمرأة تحتاج الى ١٠ ـ ٢٠ دقيقة قبل أن تصل الى القمة .

وقد يحدث للمرأة أكثر من هزة جماع أثناء العملية الجنسية ، وبعضهن قد يحدث لهن ست مرات أو أكثر من هزات الجماع أثناء عملية جنسية واحدة ، ولقد ذكرت بعض النساء ان هزة الجماع الثانية والثالثة تكون أشد وأكثر بهجة من الأولى .. وهناك من النساء من يحدث لهن هزة جماع مستمرة قد تظل عشرين ثانية أو أكثر أو حتى دقيقة كاملة .

والرجل ليس فى نفس مقدرة المرأة .. وهناك ٦ ـ ٨ ٪ من الرجال الذين يستطيعون أن يقذفوا فى العملية الجنسية الواحدة أكثر من مرة .

وإذا كانت هذه المقدرة موجودة فإنها تكون فى صغار السن من الرجال ..

ولقد وجد كنزى ان أكبر معدل للقذف فى الرجال الذين قام بدراستهم هى ٢٦ مرة فى ٢٤ ساعة وكانت لولد عمره ١٣ سنة .

ولقد ذكر أحد الرجال ان معدله ٣٣ قذفة كل

أسبوع على مدى ثلاثين سنة ، والرجال الذين يحدث لهم قذف مرة ثانية يذكرون ان متعة القذفة الأولى أعلى من الثانية وهذا عكس ما يحدث للنساء .

ان نوعية هزة الجماع تختلف فى شدتها وطولها ومتعتها من شخص لآخر .

وهناك من النساء من يغمى عليها أثناء هزة الجماع ونادرا ما يحدث ذلك للرجال أيضا .

ان حدوث هذا الاغماء لأحد النساء تسبب لشريكها كمية عظيمة من الفزع !

هناك أعداد قليلة من الرجال الذين يشعرون بهزة جماع ولكن بدون قذف (هذا أمر نادر)

وهناك من الرجال ما يحدث له رجوع للمنى الى الخلف وينزل مع أول مرة يتبول فيها الشخص .

وهناك من الأدوية مثل المهدئات ما تمنع حدوث القذف ، ومن الأمراض مثل السكر ما يثبط حدوث القذف أثناء هزة الجماع .

وهناك من النساء ما يحدث لهن شىء يطلق عليه اسم هزة الشبق .. وهذه تحدث لو سرحت المرأة بخيالها فى حكاية مثيرة جنسيا أو نتيجة للضغط بالساقين حتى يمكن اثارة البظر أو القبلة العاطفية أو تحريك الثدى أو الحلمة .

ان هزة الشبق تحدث بدون لمس للأعضاء التناسلية .. وهى تختلف عن العادة السرية والتى

تحتاج المرأة فيه الى تحريك البظر واثارته حتى تصل الى هزة الجماع ، وهذا التحريك يتم باليد أو الهزاز الكهربائى .

وهناك ١٠ ٪ من النساء لا يحدث لهن أى هزة جماع ومهما كانت الاثارة .

وفى دراسة أجرتها السيدة « هيات » عن ٣٠١٩ سيدة وجدت ان العادة السرية هى أكثر وسيلة للحصول على هزة الجماع .. ووجدت ان النساء اللاتى لم يحدث لهن هزة جماع مع عملية جماع مع الرجل أعلى خمس مرات فى معدلها من النساء اللاتى لم يمارسن العادة السرية طوال حياتهن .

ولما قارنت « هيات » نسبة شدة هزة الجماع بعد اثارة البظر بالتى تحدث مع الجماع ووجدت ان ضعف العدد من النساء يذكرن ان الهزة المصاحبة للعادة السرية أقوى من الهزة التى تصاحب الجماع .

وهناك ٨٧ ٪ من النساء يفضلن اختراق المهبل ولو لم يحدث أى هزة جماع .

وبالرغم من كل ما سبق ذكره من مقدرة المرأة على حدوث هزة جماع فإن بعض النساء يجدن صعوبة فى الوصول الى ذلك أثناء الجماع بالرغم من تجاوبهن مع كل المؤثرات الجنسية .. ان هذا

يسبب لهن خللا وظيفيا فى حياتهن الجنسية والذى قد يحتاج الى العلاج .

● ***قالوا : ان كل شخص مخصص له عدد من العلاقات الجنسية وعندما يستهلكه فإن النشاط الجنسى ينتهى لهذا الشخص :***

— ان الرجل عندما يتقدم به العمر يحدث له تغيرات جسمانية .. فتنكمش الخصيتان وتقل فى صلابتهما ويقل عدد الحيوانات المنوية بسبب تحلل الأنابيب المنوية فى الخصية وتتضخم البروستاتا ويخف السائل المنوى ويقل أيضا .

وأما افراز الهرمونات الذكرية فإنه يبطىء أيضا وبالتالى فإن التأثير الجسمانى للقذف يصبح أضعف ، وقد يحدث أحيانا أعراض الاكتئاب أو جنون العظمة مع التغيرات الجسمانية لهؤلاء الرجال .

ان القول ان بعض الرجال يحدث لهم سن يأس عند ٥٥ سنة مثل ما يحدث للنساء من سن لليأس أمر وارد ولكنه ليس محتما .

فهناك من الرجال من يستمر فى أدائه للعملية الجنسية وحتى الثمانينات من عمره ولكن الخوف الذى يحدث سسد الخمسين من العجز والموت وان الوقت يجرى هو السبب الذى يؤدى الى نقص فى

الشهوة الجنسية وذلك بسبب الاكتئاب أو عوامل عاطفية سلبية ولكن الأمر ليس حاسما وجادا كما يحدث فى سن اليأس للمرأة ..

وأما القول بأن تكرار العملية الجنسية يسبب اضمحلال القوة البدنية قول فيه شىء من الخطأ .. لأن الجسم البشرى يعمل شيئا من التحكم على كمية النشاط الجنسى وعندما يصل الجسم الى درجة الشبع فإن العملية الجنسية تصبح غير مريحة جسمانيا مما يقلل من ممارستها .

● ***قالوا : الحشيش منشط جنسى :***

— هناك كثير من اللغط حول الحشيش على انه منشط جنسى ولكن الحقيقة إن أثره الجنسى هو عن طريق غير مباشر .

ان الحشيش يشوش تقدير الشخص للوقت ويمكن أن يسبب الوهم بأن العملية الجنسية قد طالت ويوحى للذى يتناوله بأنه منشط جنسى وهو فى الحقيقة لا يؤثر بالمرة على الرغبة ، الأداء أو القذف .

ولقد نشرت الجمعية الأمريكية الطبية ان نسبة العنه بين مدمنى الحشيش أعلى منها عن غير المدمنين .. ويضاف الى ذلك بأن استخدام الحشيش بدرجة كبيرة يسبب زيادة فى نمو الثدى عند الرجال .

وأما الكوكايين فإنه يؤثر على مراكز المخ ، والقول ان له خواص منشطة جنسيا فهى ترجع الى زيادة الاحساس بالسعادة بعد استخدامه ..

والحقيقة بأن الكوكايين يفقد الشخص التحكم الجنسى له بل ويسبب الادمان الذى يؤدى الى نقص المقدرة الجنسية بدلا من زيادتها .

● ***قالوا : ان حدوث قذف للزوج وهزة جماع للزوجة وفى وقت واحد يعطى مزيدا من الرضا وبدرجة أكبر مما لو كان كلاهما منفصلا فى التوقيت ، وهذا أمر ضرورى للكفاءة الجنسية .***

— ان الرغبة فى حدوث القذف وهزة الجماع فى وقت واحد كانت رغبة مطلوبة عند كل الأزواج وعليهما العمل وباستمرار للوصول لهذا الهدف ، ولكن هناك نواح أخرى من رد الفعل الجنسى يجب وضعها فى الاعتبار قبل التأكيد على حدوث القذف وهزة الجماع فى وقت واحد هى أن نضع فى اعتبارنا انها الأساس فى أداء العملية الجنسية كلها .

ان الأمر الضرورى فى أى نشاط جنسى أن نبذل المجهود لنعطى للشريك كل الرضا والسعادة .. فإذا حدث ان كل شخص يهتم بإمتاع نفسه هو أو يكون مشغولا فقط فى الوصول الى القذف أو هزة الجماع عنده أو عندها فإن الالتفاف الى الشريك فى

العملية الجنسية لن يحدث .

وبنفس المعنى إذا كان كل الاهتمام مركزا على الشريك لارضائه فإن التركيز على متعة الشخص وسعادته من العملية الجنسية يكون مستحيلا..

ويضاف الى ذلك ان كلا من الرجل والمرأة يتمتع بطريقة مختلفة جسميا فى وقت هزة الجماع والقذف .. فالرجل يرغب بأن يغرس بعمق قضيبه فى المهبل فى وقت القذف وان يحتفظ بهذا الوضع فترة من الوقت ويتبع ذلك خروج عدة قذفات من المنى .

ولكن المرأة تميل أن يحدث تحرك للقضيب أثناء الغرز وأن يستمر التحرك طوال مدة هزة الجماع بل ويزداد هذا التحريك مع ازدياد الضغط فى منطقة الفرج .

ان التصرف المخالف للزوج مع الزوجة عند القذف أمر واضح لأن كليهما لا يمكنه أن يلبى طلب الآخر أو ينفذ رغبته فى نفس الوقت فى أثناء هزة الجماع والقذف بين الزوج وزوجته وأنه من الضرورى أن يتيح أحدهما للأخر متعته الكاملة حتى يستكمل الطرف الآخر هذه المتعة .

ان معنى ما سبق ان قذف الزوجين معا وفى وقت واحد يبدو انه لا يتفق مع الاستمتاع الكامل لهما .. ولذا فإنه من السهل على الرجل أن يصل للقذف ولكنه عادة ما يكون غير قادر على التحكم فيه

متى بدأت عملية القذف فى الحدوث .

فإذا كان على الرجل أن يتحكم فى العملية الجنسية فعليه أن يتحكم فيها فى مراحلها الأولى ويؤخر هزته حتى تستكمل الزوجة تمام متعتها .. ولذا فإنه من الأوفق على الزوجين أن يعملا على أن تأخذ الزوجة أكبر عدد من هزات الجماع التى ترغبها وبعد ذلك يركز الزوجان على اعطاء الرضا والراحة لكل منهما .

وأثبتت الدراسة ان ٥٠ ـ ٦٠ ٪ من النساء يتظاهرن بحدوث هزة جماع لهن وذلك من وقت لآخر وذلك لخوفهن من عدم الظهور بأنهن أقل أنوثة أو للمحافظة على كبرياء الرجل أو محاولة للتأمين على الرجل من البحث عن شريكة أخرى .

الزوج يعرف فى ٩٠ ٪ من الحالات حدوث هزة الجماع وتؤكد الزوجات على ان كثيرا من الأزواج يهتمون على مقدرتهم بأن الزوجة تصل الى هزة الجماع فى كل مرة يمارس فيها الجنس معها .. ولذا فهى تتظاهر بأن حدث لها هزة جماع ، مع انها لم تكن قريبة من هذا الحدث بالمرة .

والرغبة فى انهاء الجماع بالتظاهر بحدوث هزة جماع فيه قد يرجع لعدم رضاء الزوجة على هذا الجماع أو لتخفى وجود مشاكل فى عدم المقدرة على حدوث هزة جماع .

ومهما كان الدافع فإن المرأة التى ذاقت عسيلة الرجل يمكنها أكثر أن تتظاهر بحدوث هزة الجماع وذلك أكثر من المرأة التى لم تذق هذه العسيلة .. والمرأة عندما تتظاهر فهى غالبا ما تنجح فى خداع الزوج .

ان تظاهر المرأة بحدوث هزة جماع لا يجب ألا يكون أمرا منتظما ، لأن التظاهر سيزيد من المصاعب فى الجنس ، ان الحل المعقول هو البحث عن سبب لاصلاح المشكلة .

والنساء غالبا ما يقررن انهن يحدث لهن رضاء جنسى فى أثناء الجماع ولو لم يحدث لهن هزة جماع .. ان هذا الرضا لا يلغى بأن التوتر الجنسى لم يتم حله فى هذه الحالات ولكن يظل موجودا عند الزوجة ويظهر فى مشاهد أخرى من حياة الزوجة وذلك من ظهور ومشاكل أسرية بدون أسباب واضحة .

وهناك جانب أخر أحب أن أؤكد عليه هو الجانب العاطفى من العملية الجنسية .. ان العلاقة الانسانية الحميمة والعاطفية .. والحب والارتباط شىء هام لاستكمال التجربة الجنسية .

ان الرغبات الجنسية الطبيعية يمكن اشباعها بدون حب أو تفاهم أو تواد ، ولكن هذه الرغبات يكون لها لون أخر مع تواجد هذا الحب والتفاهم والتواد .. لأنه يعطى رضاء جنسيا .

الباب الرابع

هموم الانجاب

● قالوا : هناك فترة « أمان » مطلقة يمكن أن يمارس فيها الجماع وبدون حمل :

كل دورة شهرية ، وتقريبا فى وسط الدورة ، يخرج من كل سيدة طبيعية بويضة واحدة إلى التجويف البريتونى وتسمى هذه العملية : عملية التبويض (ربما يكون هناك ٢٠ بويضة تحاول أن تستعد لعملية التبويض ولكن واحدة منها فقط هى التى تخرج والباقى يتحلل) وحيث أن المرأة العادية تكون فترة خصوبتها ٣٥ سنة ويحدث لها تبويض ١٣ مرة فى السنة الواحدة فإن معنى هذا أن ٤٠٠ ـ ٥٠٠ بويضة من آلاف البويضات الموجودة فى المبيض هى التى تخرج .

إن استخدام الأدوية المخصبة مكنت كثيرا من النساء اللائى لا يقمن بعملية التبويض أن يصبحن قابلين للاخصاب والانجاب .

إن بعض هذه الأدوية تسبب نضج عدد من البويضات واللاتى يخرجن فى نفس الوقت ويسببن فى حدوث ميلاد لأكثر من طفل فى الحمل الواحد فقد يصل فى بعض الحمل إلى سبعة أطفال وفى إحدى الولادات وصل ٨ وأخرى ٩ وهناك حالة وصلت ١٥ طفلا وطبعا كلما زاد العدد زادت نسبة الوفيات بينهم .

أما المرأة التى لا تتناول أدوية مخصبة فإنه يمكن أن يحدث لها تبويض أكثر من مرة فى الشهر . وفى

الحالات العادية فقد تنزل بويضة إضافية أثناء فترة الاثارة وأحيانا الدورة الشهرية . إن هذا يفسر حدوث الحمل مع أن الجماع كان فى فترة الأمان .

● ***قالوا : يجب أن يحدث الجماع مرتين حتى تنجب المرأة توأما وثلاث مرات حتى تلد ثلاثة أطفال وهكذا :***

إن حدوث حمل متعدد يحدث كل ٨٠ ـ ٨٩ ودلاة فالتوأم كل ٨٠ ولادة بينما ثلاثة أطفال كل ٨٠ × ٨٠ (٦٤٠٠ ولادة) أما أربعة طفال فكل ٨٠ × ٨٠ × ٨٠ (٥١٢٠٠ ولادة) .

إن الوراثة وعمر الأم والسلالة كلها عوامل تلعب دورا هاما فى الحمل من أكثر من طفل وهى تحدث فى أسر أكثر من غيرها وفى النساء فى الثلاثينات من أعمارهن أكثر من العشرينات من أعمارهن .. والسود يلدن توائم أكثر من البيض والتوائم قد يكونون متشابهين بمعنى يخرجوا من بويضة واحدة ويكونون من نفس النوع (ذكور أو إناث) ولهم مشيمة واحدة ولكن كل منهما فى أغشية منفصلة وإذا لم ينفصل التوأم عن بعضهما أثناء التكوين فإنهما يظلان ملتصقين بعد الولادة .

وقد يكون التوأم مختلفين من بويضتين منفصلتين ولكن تم تلقيحهما فى وقت واحد والمواليد قد يكونون من نفس النوع (ذكر أو أنثى) أولا ، ولكل منهما له

مشيمته المنفصلة وحبله السرى المنفصل .

وميلاد التوأم يسير على نفس نظام الولادات العادية ولكن قد يحدث بعض الاختلافات الغريبة أحيانا . فمثلا فإن معظم التوائم تكون ولادتهم فى خلال دقائق أو ساعة من بعضهم ولكن قد يكون هناك فارق زمنى بينهم وهناك حالة وصل الفارق الزمن ٤٨ يوما وفى حالة أخرى وصل ٣٠ يوما . وهناك حالة واحدة منشورة لأم ولدت توأما من سلالتين مختلفتين وكانت فصيلة الدم لهما مختلفة .

والحمل فى ثلاثة مواليد يحدث لتلقيح ثلاث بويضات أو بويضتن .. واحدة تستمر لطفل والأخرى تكون توأم وأما الحمل فى أربعة توائم فعادة ما يكون من بويضتين كل منهما تكون توأما .

● قالوا : *تبول الزوجة مباشرة بعد الجماع يمنع حدوث حمل :*

— هذا كلام غير صحيح إن التبول يحدث من قناة منفصلة عن المهبل وتسمى قناة البول .

إن فتحتى قناة البول والفتحة الخارجية للمهبل متجاورتان فى مدخل الفرج تحفهما الشفرتان الصغيرتان من على الجانبين . إن فتحة قناة البول توجد فى منتصف المسافة بين البظر والمهبل .

ولحدوث الحمل يجب أن يكون هناك منى فى المهبل . إن الحمل قد يحدث حتى بلا جماع واختراق

القضيب لمهبل ، فلو كان المنى موجودا على سطح الفرج من الخارج فإن هذا قد يكفى لحدوث الحمل .

وعلامات حدوث الحمل ثلاثة أنواع :

(١) **علامات افتراضية :** توقف حدوث الطمث ، التعب فى الصباح ، تغير فى حجما الثدى وامتلائه واسمرار الحلمة والمنطقة التى حولها ، التعب ، تكرار التبول ، تغير لون عنق الرحم .

(٢) **علامات محتملة :** ازدياد حجم الرحم ، وزيادة طراوة عنق الرحم ، ازدياد حجم البطن بعد الشهر الثالث وانقباضات متقطعة فى الرحم .

(٣) **علامات إيجابية تؤكد الحمل :** سماع دقات قلب الجنين ، حركة الجنين والتى تحدث بعد الشهر الخامس .

وطبعا من المفهوم أن المرأة لن ترغب فى الانتظار عدة أشهر حتى تتأكد من حدوث حمل ولذا فإنه ينصح عمل اختبار حمل .

إن الاختبار يجرى على بول السيدة . إنه يثبت وجود هرمونات معينة فى البول والذى أفرز بواسطة الجنين المرتقب . إن هذا الاختبار يكون إيجابيا بعد ستة أسابيع من انقطاع الدورة .

● ***قالوا : الجماع يجب ألا يحدث أثناء الحمل :***

— لقد كتب كثيرا عن مخاطر السفر ، الرياضة ،

الجماع ، قيادة السيارات أثناء الحمل .

إن هذه النشاطات ليست خطرة فى الظروف الطبيعية العادية للمرأة الصحيحة البدن وخاصة إذا عملت بتعقل وباعتدال ، وللحقيقة فهى غالبا مفيدة للسيدة الحامل .

وفى الأزمنة الحديثة فإن النساء الحوامل يسافرن بوسائل انتقال مختلفة وبعضها غير مريح ولمئات الأميال وذلك حتى يكن مع أزواجهن ومع هذا فإن نسبة الاجهاض أقل منها فى النساء الملازمات المنزل .

إن الرضا النفسى لالتئام شمل الأسرة وبالرغم من إرهاق السفر الطويل ربما يؤثر ويؤدى إلى تحسن صحتهن .

أما الجماع أثناء الحمل فهو عادة مسموح به وحتى أحيانا يشجع بواسطة أطباء أمراض نساء إلا قبل الولادة ستة أسابيع ، لأنه فى ذلك الوقت يكون الجماع صعبا بسبب حجم البطن .

ويضاف إلى ذلك أن أثر هذا الجماع تجعل أطباء التوليد يحذرون الحوامل بأن يتجنبوا الجماع فى أواخر فترة الحمل . إن مادة الأوكس توسن التى تفرز من الغدة النخامية فى المراحل الأخيرة من الولادة تساعد فى عملية الولادة بأن يقوى من انقباضات الرحم الضرورية لطرد المولود

وتدل الدراسات على أن مادة الأوكس توسن تخرج أيضا أثناء الجماع فى الحامل . إن هذا الهرمون ليس

له أثر واضح على الرحم غير الحامل ومع ذلك فهناك بعض إخصائى الولادة الذين يعتقدون أن أثر كل من أتوتوسين وانقباضات الرحم الناتجة من هزات جماع قوية يمكن أن تكون بدرجة من الشدة لأن تبدأ الولادة قبل موعدها ولو أن هناك بعض الدراسات الأخرى التى لا تؤيد هذه النتائج .

إن النساء غالبا ما يتساءلن كيف سيؤثر حملهن على رغباتهن الجنسية ونشاطهن ، وفى دراسة حول هذه النقطة وجد أن معظم النساء يحدث لهن نقص فى الرغبة الجنسية أثناء الحمل ، حيث يتناقص معدل الجماع فى الثلث الأول من الحمل ، وأيضا قد يتناقص بشدة فى الأشهر ٧ ، ٨ ، ٩ ويتضاعف التناقص بالنسبة للشهر الذى يسبقه ، ومع تقدم الحمل فإن معدل وشدة هزة الجماع تقل .

ومع هذا فهناك بعض النساء تزداد عندهن الرغبة الجنسية أثناء الحمل .

إن هذه الزيادة قد ترجع لعوامل فسيولوجية أو نفسية عند هؤلاء الحوامل .

● قالوا : *الرغبة الجنسية تزيد عند الحوامل* :

— إن سبب زيادة الرغبة الجنسية فى الحامل لأن جسمها يكون فى حالة تشبه حالة الجسم فى وضع الاثارة الجنسية .

إن التغيرات الهرمونية التى تحدث فى الحمل تشبه ما يحدث فى فترة الاثارة .. فالثديان والأعضاء التناسلية مليئة بدم إضافى وهناك زيادة فى تشحيم المهبل وإنتاج الاستروجين .

إن زيادة ورود الدم للأعضاء التناسلية والحوض يمكن أن توضح زيادة توتر المرأة الجنسى والتى تشعر به فى الثلث الثانى من الحمل ، وعندما تثار الزوجة الحامل فإنها ستشعر كأنما زاد الكيل عندها .. ولذا فإنها قد تشعر ببلل فى المهبل وبأحاسيس تشبه استحلام الرجال ويكون ثدياها أكثر حساسية لأى إثارة لأن الأنسجة فيها تكون ممتلئة فتصبح أكثر امتلاء .

وحتى النساء اللاتى حاجتهن الجنسية ضعيفة يشعرن برغبة جديدة . إن الأمر قد يبدو مخيفا . إنهن يصبحن خائفات من أن هذا قد يرعب أو يضايق الزوج .

وفى الثلث الثانى من الحمل فإنه الوقت الذى تشعر فيه الزوجة بأعلى درجات الاثارة وهناك من النساء من يعرفن هزة الجماع لأول مرة فى هذا الوقت .. وهناك منهن ما تكون مقدرتهن لهزة الجماع متعددة .

وقد يحدث أحيانا نقص فى الرغبة الجنسية عند الزوج والزوجة :

— الخوف على إيذاء الجنين ولو أن هذا غير ممكن حدوثه .

— اختلاط دور الأم والزوجة قد يؤثر فى نقص الرغبة الجنسية فى كثير من الرجال . فالرجل قد يشعر بمشاعر مختلطة حول نمو « الأمومة » فى « البنت »التى تزوجها ورغباته تقل كلما زاد حجم بطنها إن هذا يدخله فى اضطراب .

وقد يكون هناك نقص فى رغبات الزوجة وذلك له عدة أسباب :

— التعب ، الغثيان وبعض المضايقات الجسمية من الحمل وهذا قد يجعلها لا ترغب فى الجنس .

وقد تشعر الزوجة بصراع بين الجنس واحساس الأمومة ودورها عندها وهذا يشعرها بالضيق فى التوائم مع الجنس : هل تهتم بنفسها وشخصها وما يرضيها ؟ أم تهتم بالطفل ومتطلباته ؟

وهناك بعض النساء يمرون بأوقات عصبية حتى يتم الربط بين دور الأم وفكرة الرغبة الجنسية والنشاط الجنسى .

ومن المهم يا سيدتى حل هذا الصراع وذلك ليس فقط حتى تسعيدى دورك فى حياة جنسية صحيحة ولكن لتمهدى عند إرضاعك لطفلك من ثديك ، فأثناء هذه الرضاعة قد تظهر مرة أخرى مشكلة الصراع .

وفى الثلث الأخير من الحمل فالزوجة قد تفقد رغبتها فى الجنس لأن كل طاقتها الجسمية والعقلية مركزة فى الاستعداد لاستقبال الطفل .

وإذا كانت الزوجة غير راغبة فى الجنس وتمارسه كإرضاء للرجل فإنها قد تسبب مشاكل أسوأ من الامتناع ، إن الرجل سيشعر بهذا التحفظ الصامت وقلة الاستمتاع فى حياتها ويعتبرها كنوع من الرفض له .

إن رد فعل الزوج لمنظر جسم زوجته يتغير وتؤثر على مقدرته الجنسية . إن التغير واضح أمام عينيه .. إن الرجل عليه أن يتكيف عقليا وجسديا مع امرأة جديدة ، امرأة تختلف كثيرا عن السيدة التى يعرفها .

وقد يحدث للرجل عنّه بسبب التغيرات التى تحدث فى مهبل زوجته الحامل ، فقد يشعر بامتلائه وإنه ليس هناك مكان له داخله أو بسبب زيادة طراوة المهبل فقد يشعر أن هناك مكانا أوسع مما يجب . إن أى من التغيرين قد تؤثر على قوة انتصابه .

وقد يشعر الرجل ياسيدتى أنه غير كفء لأنك الآن عندك هزة جماع أسرع وهو يسير على نفس المعدل الذى هو متعود عليه ، أو قد يقلقه زيادة رغباتك وقدراتك الجنسية المتزايدة

● قالوا : العملية الجنسية أثناء الحمل تزيد التوتر والقلق :

إن أهم أسباب القلق التى تصاحب العملية الجنسية هو الخوف على الجنين .

فقد يكون الخوف من فحص الجنين فى الضغط أثناء الجماع مع أن الجنين محاط بأغشية وسوائل تحميه لدرجة أن السيدة الحامل يمكنها أن تسقط وبدون إيذاء الجنين .

وهناك من يخاف من الزوجين أن زيادة رغباتهم الجنسية أثناء الحمل قد تؤدى إلى ولادة أطفال رغباتهم الجنسية غير طبيعية .

والخوف من الاجهاض يؤثر على كل من الزوجين . إن الجنس وهزة الجماع لا تؤثر على الحمل ، ولذا فإذا خاف الزوجان فإنهما لا يستمتعان بالجماع .. وقد تكون الزوجة قلقة من حدوث إجهاض وخاصة فى الثلاثة أشهر الأولى من الحمل لدرجة أنها تخاف من ممارسة الجنس فى ذلك الوقت .

وهناك من يخاف من أن الجنس قد يسبب حدوث الولادة قبل الأوان ، بل إن هناك من الأطباء من يتوقع الولادة فى خلال الست أسابيع الأخيرة من الحمل (وبدون إبداء أسباب) ومع ذلك فإن الولادة لا تبدأ فقط بسبب أن هناك جماعا أو حتى إثارة .

وأما إذا كانت السيدة على وشك الولادة فإن الجماع سوف يسهل عملية حدوثه .. إن الهرمونات ونشاطها الناتج من الجنس هو نفسه الذى يحدث أثناء الولادة ، ولذا فإن الهرمونات أثناء العملية الجنسية تبدو كأنها تساعد على حدوث تقدم فى الولادة .

والأبحاث لم تحدد ما هى العوامل أو التوازن الهرمونى الذى يسبب حدوث الولادة . إن انقباضات الرحم والتى يمكن بدؤها عن طريق الأدوية لا تسبب اتساع عنق الرحم ، وعلى نفس المنطق فإن الانقباضات الرحمية الناتجة من هزة الجماع لا ترتبط بعملية توسيعة .

وقد يكون التوتر بسبب حدوث نزف أثناء الجماع : فقد لا يكون الأمر خطيرا بالمرة ولكن يجب استشارة الطبيب فيه وذلك للتأكد من احتمال الاجهاض أو أى مشاكل أخرى .

وفى الثلاثة أشهر الأولى من الحمل فإن النزف قد يحدث بسبب الاحتكاك العميق للرجل بقضيبه ضد عنق الرحم .. وعنق الرحم يكون أكثر طراوة من المعتاد أثناء الحمل وبه مزيد من الدم فى أوعيته الدموية .

إن الضغط أثناء الجماع قد يؤدى إلى خروج كمية قليلة من الدم وهذا شىء لا يجب القلق عليه .

إن مثل هذه السحاجات تشبه نزف الأنف فإنها تشفى بسرعة .

وهذا النزف يمكن منعه بالامتناع عن عمل اختراق عميق بل يجب أن يكون الاختراق ضحلا . ولراحة بال الزوجين فإن استشارة الطبيب واجبة مع حدوث أى نزف .

إن تغير مظهر جسم السيدة الحامل يؤثر على العملية الجنسية ويسبب لها قلقا . فلغرابة شكل الجسم الجديد قد يجعل هناك من لا يقبل هذا المظهر الجديد . وهناك من الأزواج ما يعتقد أن مظهر جسم الحامل قبيحا ولها هذا البطن الكبير مع وجود علامات التمدد عليه .

وفى الثلث الأخير من الحمل قد تشعر السيدة الحامل بالضيق من جسمها وشكلها ومع ذلك فهناك الكثير من الرجال الذين لا يتأثرون سلبيا بجسم المرأة وفى كل فترات حملها .

وهناك بعض التغيرات فى الجسم التى قد تسبب ارتباك الحامل ويحدث لها قلقا .

ففى أول الحمل يزداد حجم الثديين ، وعلى السيدة أن تبحث عن مناطق الجمال المختلفة فى جسمها لتشارك زوجها فى التغيرات التى تحدث لجسدها .

إن زيادة التفاهم والتخاطب بين الزوجين يخلق علاقة قوية عميقة بينهما تزيد من الثقة .

● ***قالوا : المرأة هى المسئولة عن تحديد نوع المولود ذكرا أو أنثى :***

● ***وقالوا : غذاء المرأة أثناء الحمل هو الذى يحدد هل المولود ذكرا أو أنثى :***

هذه أقوال خاطئة ، فجنس المولود ذكرا أو أنثى لا يعتمد على مقدار ونوع تغذية الأم ، بل يعتمد على

الكروموزومات الموجودة فى البويضة واليحوان المنوى .

إن المرأة تستطيع أن تقول للرجل الذى يصر على إنجاب الذكور بأن حيواناتك المنوية هى السبب وليست بويضاتى ، وأن كروموزومات حيواناتك المنوية هى التى تحدد المولود ذكر أو أنثى وليست كروموزومات بويضاتى .

إن جنس المولود أمر لا يمكن التحكيم فيه بل هو منحة إلهية (يهب لمن يشاء إناثا ويهب لمن يشاء الذكور) .

● ***قالوا : الطفل المولود بعد حمل سبع شهور عنده فرصة لأن يعيش أفضل من طفل بعد حمل ثمانية شهور :***

إن يوم ميلاد الطفل يمكن التنبؤ به بجمع ٢٨٠ يوما (٤٠ أسبوعا) من أول يوم لآخر دورة طمث حدثت للزوجة و ٢٦٥ يوما (٣٨ أسبوعا) من يوم التبويض والاخصاب وبالقطع فإن تحديد يوم التبويض أمر صعب وذلك لأن كثيرا من الباحثين يذكرون أن التلقيح يمكن أن يحدث فى أى يوم من أيام الدورة الشهرية للأم وحتى أيام الطمث وذلك بالرغم من القول الصحيح بأن المرأة تحمل فقط فى اليوم ١٣ ـ ١٥ من الدورة .

ومدة الحمل تختلف من طفل لآخر وحتى فى نفس

المرأة وحسب الجنس الطفل ذكر أو أنثى .

فالمرأة التى تبذل مجهودا عضليا عادة تلد عشرون يوما مبكرة عن الغير رياضية ، والبنات يولدن ٥ ـ ٩ يوم مبكرين عن الأولاد ، وهناك حوالى ٣٪ من الحمل مستمر زيادة ٣٠ يوما أو أكثر .

وحجم المولود يختلف اختلافا واسعا . فإن أكبر حجم لطفل هو من إيران وذلك فى فبراير ١٩٧٢ وكان وزنه ٢٦,٥ رطلا وأصغر مولود عاش كان وزنه أقل من ١٥ أوقية عند الولادة . الأطفال الكبار الحجم (طبعا) يولدون بعملية قيصرية .

إن نمو الطفل خلال التسع شهور الحمل أسرع من أى وقت فى حياته . فمثلا ولمدة عشرين سنة بعد ولادته فإنه وزنه يزيد ٢٠ مرة تقريبا وذلك بالمقارنة من زيادة وزنه من عند تخصيب البويضة حتى ولاته والتى تكون حوالى ٦ بليون مرة .

إن أسرع فترة لنمو الطفل هى فى الثلث الأول من الحمل من أول تخصيب البويضة ولمدة شهر حيث يزيد وزنه مليون مرة وفى ثانى شهر يزيد وزنه ٧٤٠٠٪ وفى ثالث شهر يزيد ١١٠٠٪ وفى الشهر التاسع٠ ٣٪ بينما فى الشهر الثامن يصل وزنه إلى خمسة أرطال وطوله ٤٦ سم وفرصة بقائه حيا فى الشهر الثامن تصل إلى ٩٠٪ . إن الخصيتان ينزلان فى الكيس فى الشهر الثامن وتبدأ حاسة التذوق فى الظهور عنده .

والطفل عند ولادته يكون زنه ٧ أرطال وطوله ٥٠ سم .

إن ساعة الولادة فى بعض الحيوانات لها أيام وأوقات معينة .

إن هذه الظاهرة ليست واضحة فى الانسان .. فمثلا ٨ ـ ٩ من كل ١٠ مهر يولدن من ٧ مساء ، ٧ صباحا ولكن ١٠٪ من أطفال الانسان يولدون فى المساء .

إن أكثر فترة لميلاد المهر هى من ٣ صباحا ، ٤ صباحا وأقلها ٣ مساء .

إن التوقيت فى الميلاد قد يحمى الصغار فى بعض الحيوانات من أعدائها . إن كثيرا من الأطفال يولدون فى شهر أغسطس وأقلهم فى شهر أبريل .

● ***أساطير وحقائق عن الحمل :***

(أ) هل المرأة المعوقة تستطيع أن تحمل أم لا .

إن المرأة المشلولة يمكنها أن تحمل ، ومع العناية الطبية والرعاية فإنها يمكنها أن تلد أطفال أصحاء .

(ب) الطفل يمكن تعليمه بوحمه أثناء الحمل ، إن القول إن صدمة مفاجئة أو خوف الأم الحامل يمكن أن يسبب ولادة طفل وله وحمه على جسمه .. إن هذا الكلام غير صحيح لأنه ليس هناك أى علاقة بين الجهاز العصبى والدورى فى الأم والجنين .

إن ما يحدث بعد ميلاد طفل وله وحمة فإن الوالدين يحاولان أن يتذكرا حدثا كانت الأم الحامل قد تعرضت فيه للفزع .

(جـ) نظرية تعدد الآباء فى الحمل الواحد والاعتقاد فى هذه النظرية يرجع لما يحدث مع أنثى الكلب ، حيث تظل قابلة للجماع لعدة أيام وفى هذا الوقت تجامع أكثر من ذكر ولما كانت أنثى الكلاب عندها مقدرة جنونية من الهروب من عين حارسها والجماع مع أى ذكر يتصادف وجوده ولذا فإنها تنجب عددا من الجراء مختلفى الأبوة والأشكال .

وما يحدث فى الكلاب لا يحدث فى الانسان !

(د) الحمل الكاذب : فقد يحدث أعراض تشبه الحمل الحقيقى .. فالسيدة عندما تتوقف الوردة ويحدث لها شعور بالغثيان ، ويزداد وزنها وتستمر الأعراض عدة شهور قبل أن تختفى الحالة بالعلاج النفسى ، وفى الحالات الشديدة يحدث لها بروز فى البطن ويمكن أن تصل للولادة .

إن حالة شبيهة لها قد تحدث للرجل فى المجتمعات البدائية ، حيث يرقد فى السرير أثناء ولادة زوجته ويعانى مثلها من آلام الولادة وحتى فى المجتمعات الحديثة فإن الرجل قد يظهر بعض الأعراض التى ترتبط مع حمل زوجته ويصبح الزوج عنده غثيان وقىء ويحدث له آلام فى البطن وتختفى كل هذه الأعراض بعد ولادة زوجته .

● قالوا : *التعقيم يقلل الدافع الجنسى فى المرأة والرجل :*

التعقيم هو عملية جراحية تجعل الشخص غير قادر على الانجاب .. وقد يلجأ الشخص للتعقيم للأسباب الآتية :

— **أسباب علاجية** : عندما يكون هناك حالة مرضية مثل السل ، السرطان ، أمراض الجهاز الدورى والبولى ، ارتفاع ضغط الدم ، أمراض الكلية .

— **أسباب وقائية** : للأجيال التالية عند الأشخاص المصابين بمرض عقلى وراثى أو خبل .

(أ) التعقيم فى المرأة :

هناك طريقتان للتعقيم : ربط الأنابيب جراحيا أو عن طريق منظار البطن .

وربط الأنابيب جراحيا يتم عن طريق ربط قناة فالوب ثم قطعها ويربط كل طرف من الجزء المقطوع بحيث لايتقابلان .

ويمكن عمل العملية عن طريق فتحة فى البطن أو عن طريق المهبل .

والربط للأنابيب عن طريق المهبل أفضل من فتح البطن .. وذلك لقلة المتاعب بعد العملية وقصر فترة الاقامة فى المستشفى وعدم وجود ندبة بعد العملية .. ولكن الأطباء يعتبرون العملية من المهبل

أكثر صعوبة وأكثر خطورة من مثيلتها فى البطن وذلك لأن البكتريا يمكنها أن تدخل من المهبل إلى داخل البطن .

وإذا رغبت السيدة فى إعادة توصيل قنوات فالوب ثانية فإن النجاح فى الاخصاب يصل إلى ٥٠ ٪ .

أما عملية التعقيم عن طريق منظار فإنه يجرى عمل ثقبين صغيرين فى البطن .. وتم ذلك تحت مخدر عام .

ومن خلال الفتحة يقوم بادخال المنظار .. ويتم الكى أو قطع الأنابيب .. وهذه العملية يمكن عملها فى العيادة الخارجية .

أما ازالة المبايض جراحيا فإنها توقف التبويض تماما .

وازالة الرحم جراحيا قد يشمل الأنابيب والمبايض معه أو لا يشملها .

فاذا أزيلت المبايض فان الرغبة الجنسية والمقدرة للاستجابة تتأثر كثيرا .. والأمر يحتاج رعاية نفسية للمرأة بعد عملية التعقيم .

(ب) التعقيم فى الرجل :

هناك عمليتان للتعقيم فى الرجل ، اما قطع الحبل المنوى أو إزالة الخصية .

ففى عملية قطع الحبل المنوى تجرى عملية

جراحية لقطع وربط الحبل المنوى من خلال فتحة فى الخصية .. ومكان الفتحة بعيد عن الخصيتين ولايؤثر فيهما .. ويظل الرجل بعد العملية فحلا ولكن عقيما والحيوانات المنوية التى تتكون يمتصها الجسم .

ان هذه العملية لاتقلل من الرغبة الجنسية أو المقدرة على الاستمتاع بها .. ولكن الرجال عادة لايرغبون فى عمل هذه العملية .

أما التعقيم عن طريق ازالة الخصيتين فهى عملية معروفة منذ القدم .. فاذا تمت الازالة بعد بلوغ الرجل (جراحيا) فإنها لن تؤدى بالضرورة إلى العنة .. ولكن هناك فقدان تدريجى للرغبة الجنسية مع مرور الوقت وذلك بفقدان هرمونات الخصيتين ..

وهذا الهرمون يسبب تغيرات فسيولوجية مثل زيادة حدة الصوت ونقص نمو الذقن وزيادة الدهون فى الجسم .

وغنى عن البيان أنه ليس هناك أى رجل يرغب متطوعا فى ازالة خصيتيه من أجل التعقيم .

● ***قالوا : « هموم العقم تفوق الوصف » :***

ان هموم العقم متجددة مع كل تعليق ، أو دورة شهرية ، أو شراء أى من متاع الدنيا .

ان النف تشعر بالانكسار لأن الأمر ليس فى يدها بل هى منحة من الله .

ان الألم الذى يعصر قلب العقيم يتجدد مع ضغط الأهل والأصدقاء « **ماتشدو حيلكم** » « **مافيش حاجة جاية فى السكة** » « **فلان تزوج معاكم وعنده عيلين** » ، « **ماتشوفوا أنفسكم** » ، « **تجرب حظك تانى** » ، ان دق الطواحين على الرأس لا تهدأ ، ولا تتركه فى حاله ، كأن الناس يستكثرون عليه أن يتنفس كالأحياء .

ان الآثار النفسية للعقم لدى الزوجين تمر بمراحل مختلفة ففى رأى كل من « ميتنج » و« مازور » أن هذه المراحل ثلاث :

١ - المرحلة الأولى (مرحلة الصدمة) :

يتقبل الزوجان عجزهما عن الانجاب بالصدمة وعدم التصديق الذى قد يصل إلى حد الانكار ويبدأ الزوجان فى تفتيش نفسيهما ، أعمالهما الحالية والماضية فى محاولة منهما لتكوين مفهوم نظرى يفسر عقمهما ولربما يعانيان فى هذه المرحلة الأولية من نقص الثقة بالنفس ومشاعر الذنب والشك وذلك بسبب اعتقادهما أنها قد اقترفا بالفعل أو أنهما يقترفان فى الوقت الحاضر شيئا أسهم فى حدوث عقمهما .. وعندما تفشل محاولات العلاج التى يجريها الزوجان تمر الآثار النفسية لديهما للمرحلة الثانية .

٢ ـ المرحلة الثانية (مراحل الحداد) : حيث يبدأ الزوجان مكابدة أحزان حداد الطفل المفقود وقد تعانى الزوجة فى هذه المرحلة معاناة أخرى خاصة بها هى فقط بالاضافة إلى أحزان الحداد وذلك لفقدها فرحة المرور بخبرة الحمل والولادة والرضاعة .

ويضيف « مازور » .. ربما يحزن الزوجان لفقدهما فرصة استمرار حياتهما الوراثية ليس هذا فقط ولكنهما قد يعانيان أحزان فقد التقبل الاجتماعى من قبل الأفراد والمجتمعات التى تعطى الحمل والانجاب قيمة اجتماعية عليا ، ومن ثم ليس من المدهش أن يندب الزوجان العقيمان من حولهما ولذا فهما يكابدان الأحزان بمفردهما دون عون صديق أو أسرة .

٣ ـ وتأتى المرحلة الثالثة (مرحلة الحلول البديلة) : عندما يجد الزوجان نفسيهما مضطران لمواجهة مشكلة تحديد الحل البديل والتى سوف توفر لهما ايجاد طفل بينهما وفى هذه المرحلة أصبح عليهما أن يختارا من بين البدائل .. فإما يلجآن إلى الاخصاب الصناعى أو يتبنيا طفلا أو يتزوج الزوج بأخرى تنجب له الطفل أو أن يعيشا بدون أطفال .

.. وبالنسبة للزوجين اللذين مازالا غير قادرين

على التغلب على أحزانهما تعد هذه المرحلة صعبة جدا بالنسبة لهما فقد يفقدن القدرة على اتخاذ قرار بشأن تحديد الحل البديل .

ويتفق ميتنج مع مازور فى هذه المراحل الثلاث ويضيف قوله « وفى أثناء مرحلة أحزان الحداد على الطفل المفقود ربما يمر الزوجان بخبرات عديدة كالغضب والعزلة الاجتماعية » .

ان معظم الرجال والنساء القادرين على الانجاب يعانون فى وقت من الأوقات اضطرابا فى ممارستهم الجنسية ونقص الاشباع الجنسى عندهم متأثرين بعقمهم .

ان الاضطراب الجنسى يرجع إلى تشوه صورة الذات عند العقم ويرى نفسه معيوبا وغير مرغوب فيه جنسيا .. وهذا بدوره يحد من الرغبة فى ممارسة النشاط الجنسى ويضعف من الاستجابة الطبيعية للاثارة الجنسية ويفقد التمتع بالجنس أو يدفع إلى اقترافات جنسية خارج الزواج فى محاولة لاستعادة الاحساس بالجاذبية والكفاءة الجنسية للذات .

ويقول كامى .. ان الزوجين ينمو لديهما فى كثير من الأحيان مشاعر اليأس وفقدان مقاليد الأمور واحساس شديد بالاحباط وضعف القدرة الذى قد يصل إلى حد الاحساس بالعجز التام .

ان هذه المظاهر النفسية قد تجعل الفرد العقيم

منعدم الرغبة الجنسية فى بعض الأحيان .. أو قد يصبح له أكثر من عشيق .. ولكن الأكثر شيوعا من ذلك أن يكثر أحد الزوجين لوم الآخر كونه غير مشارك وغير مهتم بالمشاكل التى تواجههما بخصوص فحوص وعلاجات العقم أو يصبح أحد الزوجين كثير الطلب للممارسة الجنسية أو كثير الرفض لها .. وعندما تتفاقم الأمور وتزداد سوءا ..

عندئذ قد يصاب أحد الزوجين أو كلاهما بالضعف الجنسى أو فقد هزة الجماع أو حدوث آلام مع الجماع .

وأضاف كاى « ان التحليلات التى تتم أثناء التقييم الطبى لحالات العقم بغرض التشخيص والعلاج قد تحدث صدمة انفعالية لدى الأفراد وربما تشكل بالنسبة لهم تهديدا لجوانب حياتهم العاطفية والجنسية والبيولوجية وصورتهم لذاتهم ، فمثلا قياس وتسجيل درجة حرارة الجسم لمعرفة وقت التبويض قد يجعلهما فى احتياج أن تمارس الجماع فى أوقات محددة بالذات من الدورة الشهرية للحيض .

وقد يرى بعض المرضى أن هذا التسجيل لدرجة الحرارة يعتبر كما لو كان تكليفا باعطاء تقرير عن ممارساته الجنسية ليقوم الطبيب بمراجعتها وافتقاده .

ومثال آخر وهو اختبار عينة من السائل الموجود فى مهبل الزوجة بعد الجماع مباشرة فكثير من الأزواج يعتبرونه مثيرا جدا للقلق والانفعال .. فمثل هذه العلاقة الزوجية التى تتم على أساس من جدول زمنى محدد قد تصبح هى السبب المباشر للضعف الجنسى والقذف المبكر لدى بعض الرجال ونفس الشيء قد يحدث مع اختبار تحليل عينة من السائل المنوى للرجل .

وأن تخبر مريضا قائلا انك لن تستطيع الانجاب فإن ذلك يكون مدمرا لمشاعره ، وكذلك أن تخبر الزوجة ان كان تحليل السائل المنوى لزوجها سليما وأنه يستطيع أن يخصب أى امرأة فى العالم فإن ذلك يخلق احساسا بالنقص أو الذنب فى نفس الزوجة أو أن يقال لها إن الأنابيب عندها تالفة حتما فإن رؤية الفرد لذاته وجسمه تتأثر بشدة خاصة إذا قدمت له هذه النتائج بصورة سيئة وهذا بدوره يؤثر على ممارساته الجنسية ودرجة الاشباع الجنسى لديه .

ولقد أجرى جراى مسحا طبيا لدراسة المظاهر النفسية والجنسية المصاحبة للعقم فى خمسمائة رجل وامرأة غير قادرين على الانجاب واستخلص من هذا البحث الأسباب التى تؤدى إلى اضطراب الوظيفة الجنسية وهى :

— عسر الجماع .

— تعاطى البروجسترون للعلاج .
— ممارسة الجنس بنظام الجدول .
— ممارسة الجنس محدد الهدف .
— زيادة الرغبة الجنسية لدى أحد الزوجين .
— ممارسة الجنس بتكيكات معقدة سابقة التحديد .
— بخس صورة الذات .
— مشاعر الحزن .
— مشاعر الذنب .
— الثنائية الوجدانية .

وقد قسم جراى الاضطرابات الجنسية المصاحبة حسب العامل المسبب لها إلى ثلاثة أقسام كالآتى :

القسم الأول : اضطرابات بسبب مشكلة العقم نفسه كما هو فى حالات الالتصاقات الحوضية أو تورم الرحم وفى مثل هذه الحالات تصاب المرأة بآلام شديدة أسفل البطن أثناء الجماع ومع الاحتكاك العميق للقضيب مما قد يؤدى إلى حدوث تشنج مهبلى والذى لايزيد المشكلة إلا تعقيدا وبذاته قد يقلل من معدل ممارسات الجماع .

القسم الثانى : اضطرابات بسبب الممارسة من أجل الانجاب فقد يرى كثير من الأزواج والزوجات رؤية الممارسة الجنسية كأنها أداء ميكانيكى خالص يجرى بطريقة خاصة فى وقت معين وبمعدل

سابق التحديد وذلك انطلاقا من مفهوم الممارسة الجنسية بنظام الجدول .

وهكذا يصبح الجماع موجها ومحدد الهدف ولايتم إلا من أجل الانجاب وليس لتحقيق المتعة .. وعلى ذلك يقاس نجاح الفرد أو فشله جنسيا بقدر امكانياته فى انجاب طفل لابقدر مايعطيه من متعة لشريكه .

القسم الثالث : اضطرابات بسبب المظاهر النفسية المصاحبة للعقم . ان سوء صورة الذات الناتجة عن عقم الزوجين يسبب لهما شعورا بأن بهما عيبا ولذلك فهما غير مرغوب فيهما جنسيا وجسديا مما يؤدى لاضطراب ممارستهما الجنس .. كما أن فشل محاولات العلاج يصيب البعض الآخر بالاكتئاب مما يؤدى إلى ضعف الرغبة الجنسية .

وقد تكون الاضطرابات النفسية المصاحبة للعقم فى صورة :

— زيادة معدل الممارسة الجنسية فى منتصف الدورة الحيضية .

— قلة معدل الممارسة الجنسية فى آخر الدورة الحيضية .

— قلة تنوع التعبيرات الجنسية (المداعبات) .

— التحول إلى مبدأ (من يبدأ الممارسة) .

— ضعف الانتصاب والقذف المبكر فى فترة التبويض .

— اضطرابات هزة الجماع عند النساء أحيانا .

● قالوا عن العقم : اعمل اللى عليك والباقى على ربنا :

ان بداية العلاج لزوجين لاينجبان هو وجود ضغوط داخلية وخارجية عليهما .. فأسئلة الأصدقاء والزملاء والأقارب والتى تكون أحيانا فى صورة نكتة أو مداعبة أو اشارة على الولد اللذان لايقدران عمله ، كل هذا يضرب على أوتار حساسة على الزوجين تلمس مقدرتهم الجنسية ومقدرة الانجاب .

ويكون البحث عن علاج هو الحل المتوازن .. ان هذا البحث الذى قد يستمر لسنوات بين الأطباء ، ومع ذلك لايتوقف الزوجان خوفا من أن يكون النجاح وحدوث الحمل يصبح واقعا مع الدورة الشهرية التالية .

ان الزوجان لايقطعان استمرار العلاج من أنفسهم ، بل لابد من طبيب يثقوا فيه ليخبرهم بهذا الطلب ، ومع ذلك فإن معظم الأطباء يمتنعون عن التصريح بذلك . ويحاول الزوجان أن يجعلا كل علاجهما سرا لاينطقان به أبدا .

والزوجان يحاولان أن يتغلبا على غضبهما اليائس من فشلهما بالانضباط للرغبات الجنسية ويصبح كل الهدف من العلاقة الجنسية هو حدوث الحمل وليس أى شىء آخر ومع ذلك هيهات هيهات أن يحدث الحمل ويكون كالسراب بعيدا عن أيديهما .

ان الزوج يمر على عدد مختلف من التحليلات ، المنى ، الدم ، عينة من الخصية .... وأيضا بسلسلة من العلاجات والتى غالبا لاتؤدى إلى تغير ملموس فى التقلبات الكثيرة التى تحدث فى عدد الحيوانات المنوية فى كل علاج .

وتكون الخطوة التالية عمل اختبار لمعرفة مقدرة الحيوانات المنوية للزوج من اختراق مخاط عنق الرحم وهذا الاختبار يتم عمله بعد الجماع بوقت محدد .

ان حضور الزوجة للعيادة فى هذا الوقت المحدد للاختبار يجعلها تشعر بالحرج لأن كل من بالعيادة يعرف ماذا كانت تفعل من فترة وجيزة وقد ينظرون لها وعلى وجوههم ابتسامة بلهاء تزيد من حرجها . ان مثل هذا الاختبار يجب تكراره مرتين حتى يمكن التأكد من نتائجه وكل مرة معها احراجها للزوجة .

وقد يحاول الطبيب المعالج عمل حقن لمنى الزوج فى رحم الزوجة وذلك حتى يحدث الحمل .. ان نظام

العلاج فى هذه الحالة يحدث كل شهر ويشمل المراحل الآتية :

تأخذ درجة حرارتها كل صباح حتى تعرف وقت التبويض وحتى تساعد على نضج البويضة فهى تأخذ حقن من هرمون الجوناروترفين من ثالث إلى سابع يوم فى دورتها . ويتم التأكد من يوم البويضة بواسطة جهاز للموجات فوق الصوتية وتتم عملية حقن منى الزوج فى عيادة الطبيب وعلى الزوج أن يمتنع عن أى علاقة جنسية ولمدة خمس أيام قبل الحقن حتى يضمن أعلى نسبة من الحيوانات المنوية .. ويسحب المنى المجموع عن طريق العادة السرية من الزوج فى حقنة ويحقن فى عنق الرحم للزوجة مباشرة . وفى كل مرة يكون الزوجان متوترين . هل هناك بويضة تامة النضج ؟ ومانسبة كفاءة الحيوانات المنوية هذه المرة ؟

ان عملية الحقن مؤلمة فى حد ذاتها ، وينصح الطبيب الزوجة أن تسترخى وتخفف من الألم بأن تكح أثناء الحقن وهى ترفض حتى ذلك وتتحمل الألم .

وبعد مرور عدد من السنوات أربع أو خمس سنوات والتغيير من طبيب لآخر ، والذهاب عند أى طبيب يسمعون عنه أنه شاطر يكون الزوجان وصلا إلى حالة يرثى لها ولكن من الصعب عليهم عدم

المحاولة وحتى قد يرفضون أن يعملوا عملية الحقن لأنفسهم فى المنزل بل يصرون أن يكون ذلك بواسطة الطبيب ، فالمسئولية كلها يجب أن تقع على عاتق الطبيب . وفى كل مرة يكون تصرفهم سلبيا وينتظرون من الطبيب المشورة عما يفعلونه فى الخطوة التالية .

وقد يعرف أى منهما جميع التفاصيل الدقيقة التى تحيط بالعقم من الناحية الطبية ولكن مع ذلك ليس عندهم أى ضمان أو أمان . ويعتبر الزوجان أن جسمهما كالآلة العطلانة ومع كل المساعدة الطبية التى يحصلون عليها فإنهما لايستطيعان السيطرة عليها أن الأمر كله ليس بأيديهم ولا بأيدى الأطباء انه بيد الله تعالى .

ان متعة الزوجين بالجنس يحدث لها اثباط لأن الجماع يذكرهم بالنقص الموجود بهم .. وقد يشمل العلاج كثير من الممنوعات على الزوجين واللذان يتقبلانها برضاء تام فمثلا : عليهم تنظيم علاقتهم الجنسية مع نتيجة الحائط ، الامتناع عن التدخين .

ان تحديد يوم الجماع يحدث اضطرابا شديدا فى حياة الزوجين فعندما تجد الزوجة فى الصباح أن درجة الحرارة تغيرت وأن الوقت المناسب للجماع قد بدأ فإن باقى اليوم يفسر بالنسبة للزوجين وكل

منهما يفكر فى واجبه فى الجماع هذه الليلة . ان كل التحديدات هى نوع من العقاب للزوجين ومع ذلك يتقبلاه برضاء تام .

ان شعور الزوجين بالعجز وعدم الكفاءة فى مواجهة هذه المشكلة يجعلهم يشعرون بعدم المقدرة على أن يوجهوا حياتهم بالطريقة التى يفضلونها . صحيح أن الزوجة هى التى تحمل عبء المواجهة الأكبر فى هذا الصراع عند البحث عن طفل وانجابه وذلك لأن العلاج يؤثر فيهم بدرجة أكبر من الزوج ونتيجة النجاح أو فشل العلاج يظهر على جسدها ويضاف إلى ذلك ان التغيرات الجسدية بمرور التجربة أن ينمو شخصا آخر داخل جسدك والغريزة داخلها فى أن تحمل ، كل هذا يجعل مسألة الحمل والانجاب منسوجة فى فكر وتصرفات المرأة .

ان الانجاب عملية ضاغطة على النفس الواعية والباطنة لكل من الزوجين وهى من الهموم التى تجعل الحية بلا طعم ولا معنى .. ولكن تظل الحقيقة الساطعة ان الانجاب هو هبة من الله تعالى « **يهب لمن يشاء أناثا ويهب لمن يشاء الذكور** » (الشورى ٤٩) .

وأما إذا تطرق الأمر إلى الحاجة إلى أطفال أنابيب فإن هذا يعنى المزيد من العوامل والأمور

الطبية والعاطفية والمالية يجب أن توضع فى الاعتبار قبل الاقدام على هذا الطريق .

ان كثيرا من الأزواج يكونون فى غاية الاجهاد عند الوصول إلى وقت قرار أطفال الأنابيب ولكن مسألة أطفال أنابيب هى آخر فرصة أمام الزوجين وهذا بالطبع يؤثر على الحالة النفسية للزوجين ، لأن فى الفرصة الأخيرة .. هناك المزيد من القلق وظهور كل المشاعر القديمة على ما سببه العقم لهم وقد يكون بعض هذه المشاعر القديمة قد طواها النسيان ولكن ظهور الفرصة الأخيرة هو الذى يحييها .

ان معظم الأزواج يحدث لهم توتر فى الحياة الزوجية أثناء فترة تشخيص وعلاج العقم . كل خطوة تحمل سؤالا أو قرارا عمن يكون من الزوجين هو المسئول وقد يختلفان وتتعارض أراؤهما ولكن عند الوصول إلى مسألة أطفال الأنابيب يجب أن يسيرا معا فى جميع الاجراءات .

وإذا كان أحد الزوجين هو المسئول مسئولية واضحة عن عدم الانجاب فإن قراره سيؤثر فيه الشعور بالخوف والذنب وقد يظهر كثير من المناقشات المزعجة بين الزوجين فى هذه المرحلة . ان هذا التوتر يحرم الزوجين من حاجتهم إلى مؤازرة أحدهم الآخر وقد يؤثر على متعة حدوث الحمل إذا حدث .

وأطفال الأنابيب مثلها مثل أى محاولة لاحداث حمل قد لاتنفع من أول محاولة وقد يحتاج الأمر عدة دورات شهرية وهى تحتاج إلى كثير من الوقت والطاقة ويجب على الزوجين أن يعرف الخطوات وبوضوح وأن العملية معقدة وقد تكون النتائج سلبية وتكرارها قد يعطى مزيدا من فرص نجاحها وعملية أطفال الأنابيب عملية مكلفة للغاية .

ان توقيت عمل هذه العملية مهم . ان كل الأزواج الذين لم ينجبوا يكونون فى عجلة لأنهم يعتقدوا أنهم فقدوا كمية كبيرة من الوقت وأنهم لايستطيعون الانتظار أطول من ذلك .

وإذا حدث حمل فى أثناء أى محاولة من محاولات العلاج فإن البهجة والسعادة التى تغمر الزوجين تكون بلا حدود وأما إذا لم يحدث هذا فعليهم التحمل بالصبر وانتظار هبة الله لهم ويحاولون تكرار العلاج بعد فترة من الراحة قد تكون لعدة شهور ..

الباب الخامس

هموم الفحولة

● ماهى العلاقة بين الفحولة عند الرجال والهرمونات :

— ان وجود علاقة بين الفحولة عند الرجال والهرمونات أمر مختلف عليه .

وهناك ثلاث غدد صماء هى التى يقال إنها تؤثر فى الفحولة هى :

الخصيتان ، البنكرياس ، الغدة الدرقية .

وقد يقال إن علاج أى مرض موجود فى أحد هذه الغدد الصماء يصلح الاضطراب الحادث فى الفحولة ، ولكن الحقيقة أن جميع الدلائل تشير عكس ذلك .. فمثلا قد يكون المريض مصابا بالسكر البولى ، ومرض السكر هذا يصحبه اضطراب فى الأداء الجنسى ولكن عملية تنظيم نسبة السكر فى الدم لن تنهى المشكلة الجنسية .

ونفس الشىء يمكن أن يقال عن الغدة الدرقية ، فالحالة الوحيدة التى يمكن محاولة الاصلاح فيها هى حالات نقص إفراز الاندروجين من الخصيتين وهناك يكون اعطاء حقن التستوستيرون قد يصلح فى بعض الحالات التى بها اضطراب فى الأداء الجنسى .

والآن نناقش أثر هذه الغدد الصماء على الفحولة :

*** الخصيتين :**

ان ارتباط الخصيتين وهرموناتها مع الفحولة

أمر لم يحدث من فراغ ولكن الملاحظات الآتية تؤيده :

— الفحولة وهرمون التستوسترون تنقص مع التقدم فى العمر .

— الرجال فوق الستين والنشطين جنسيا عندهم نسبة عالية لهرمون التستوسترون فى دمائهم .

— عملية الاخصاء تقلل الفحولة .

ولكن عكس هذه الملاحظات مايلى :

— ان اعطاء المزيد من حقن التستوسترون لرفع نسبته أكثر من الطبيعى لن ينتج عنه زيادة فى الفحولة .

— ان الأشخاص المخصيين يظلون يحتفظون ببعض الانتصاب بعد عملية الاخصاء .

وبالطبع فإن أى شىء ينقص إفراز الخصيتين للاندروجين سوف يؤثر على الفحولة .. ومن هذه الأشياء ورم فى منطقة تحت المهاد أو الغدة النكفية أو الخصيتين أو أدوية تؤثر على وظيفة الغدة أو الخصيتين .

وفى الحالات التى نجد أن اضطراب الأداء الجنسى يعود إلى نقص كمية التستوسترون فى الدم فإنه يمكن اعطاء هذا الهرمون عن طريق الحقن بمعدل ٢٠٠ مجم كل ١٠ ـ ١٤ يوما ، ان معدل الاعطاء يتوقف على نسبة التستوسترون فى الدم .

واعطاء التستوسترون بالفم أثبت ضعف امتصاصه وأنه يسبب تسمم لأنسجة الكبد وكذا أورام بالكبد ولذا فانني لا أنصح باعطـاء التستوسترون بالفم .

ويجب أن يحترس الطبيب المعالج فى اعطاء التستوستيرون لكبار السن لأن هذا يؤثر على غدة البروستاتا .

ان العلاج فى حالات نقص هرمون التستوستيرون فى الدم يجب أن يوجه إلى السبب إما جراحيا وأما بأدوية أو سحب الأدوية التى تزيد من نسبة هرمون البرولاكتين فى الدم .

رقم الايداع ٧٩٨٠ / ٩٢ I. S. B. N 977 - 08 - 0404 - 5